


# 4月29日（土）5月3日（水）5日（金） スタジオ/プール祝日プログラム

	4月29日(土) 昭和の日		5月3日(水) 憲法記念日		5月5日(金) 子供の日	
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00	10:00~10:45 かんたんエアロ 新井		10:00~10:45 ZUMBA 横山	10:30~11:00 水中歩行 山田	10:00~10:45 かんたんエアロ 山田	
11:00	10:55~11:55 グループセンチー 増見		10:55~11:40 グループグループ 増見		10:55~11:40 脂肪燃焼エアロ 小寺	11:15~11:35 水中歩行 山田
12:00	12:05~13:05 グループファイト 今西		11:50~12:50 グループセンチー 増見		11:55~12:55 グループパワー 菊間	11:40~12:00 クロール 山田
13:00	13:15~14:00 ステップ 鳥山		13:00~14:00 ヨガ 大濱		13:05~14:05 グループファイト 菊間	
14:00	14:10~15:10 ヨガ 内田(利)	14:00~19:00	14:10~14:40 ストレッチポール	14:00~19:00	14:30~17:30	14:00~19:00
15:00		キッズ水泳教室 休校日の為 ご利用頂けます。		キッズ水泳教室 休校日の為 ご利用頂けます。	 ココモチャレンジ!	キッズ水泳教室 休校日の為 ご利用頂けます。
16:00						
19:30	19:30閉館		19:30閉館		19:30閉館	

