

12月24日(月)

	スタジオ	プール
10		
11	エアロビクス中級 11:00~11:50 樋口 泰子	水中トレーニング 11:30~12:00 大山 光治
12	エアロボード中級 12:00~12:45 樋口 泰子	
13	  13:00~14:00 小倉 拓 × 大石 龍司	4泳法ドリル 13:15~13:45 富井 基浩
14	ストレッチ 14:15~14:45 森田 加奈子	タイムアップスイム 14:00~14:30 長棟 和幸
15		
16		15:15~18:45 ジュニアスイミング
17	15:25~ ジュニア体育スクール	15:15~16:15 2コース (フリーコース) 3コース (25m遊泳) ご利用できます 16:15~ プールのご利用はできません
18		

※祝日のため10:00~18:00の営業となります。