

2022年8月11日(木祝) 【祝日営業】特別プログラムスケジュール

TIME	Aスタジオ	Bスタジオ	プールエリア	TIME	
9:00	 姿勢ウォームアップ 9:30~9:50 鈴木	チケット コリオエアロ 9:50~10:50 村岡	9:00~11:30 ジュニアスイミング 特別教室開催のため 一部制限がございます	9:00	
10:00	 健楽バー 10:10~10:40 服部	チケット フラダンス 11:15~12:00 山下		その他の時間帯のプールエリア は全レーンご利用いただけます	10:00
11:00		チケット エアロビクス初級 12:20~13:05 近藤			11:00
12:00	 姿勢プラス 12:30~13:00 石川	姿勢改善と全身の機能向上を 図るクラスです^^ 機能改善ヨガ 13:30~14:10 近藤	 アクアウォーキング 13:15~13:45 宮木	12:00	
13:00		 トレーニングタイム 14:30~15:00 石川	 はじめてスイミング 14:00~14:30 松井	13:00	
14:00		チケット エアロビクス中級 14:35~15:25 安藤		14:00	
15:00	セルフケアセミナー 15:20~15:50 石川 【有料・登録制】		15:00~17:30 ジュニアスイミング 特別教室開催のため 一部制限がございます	15:00	
16:00	<div style="border: 2px solid red; padding: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ● 祝日および短縮営業時のプログラムスケジュールは通常と異なる場合がございますのでご了承ください。 ● チケットマークのプログラムは有料プログラムとなります。チケット(1枚300円)またはフリーパスが必要です。 ● エアロボード、マッスルビート、健楽バーなど定員制マークのプログラムは、定員となり次第締め切りとなります。 ● プログラム参加の際は、マスク着用が原則となります。 ● その他、基本的な感染予防対策にご協力ください。 </div>		その他の時間帯のプールエリア は全レーンご利用いただけます	16:00	
17:00					17:00
18:00					18:00

● 祝日の営業時間は、9:00~18:00までとなっております。受付時間は、17:00までとなります。

● 最終チェックイン時刻は17:30となります。トレーニング終了時刻は17:45です。

● 祝日及び短縮営業日は、プログラムスケジュールは変更としております。