

# 4月29日(土) 特別プログラム

10:00	スイムプール	フィットネスプール	サウナ	10:00	スタジオ
11:00	10:00-11:00 ステップアップ 練習 1コース	<b>運動施設利用 16:45</b>		11:00	10:20-11:30  ヒーリング ストレッチ70  小糸
12:00	11:15-12:45 ベビーコース 体験会 1-3コース			12:00	12:15-13:15  格闘技 エクササイズ  堀内
13:00				13:00	13:40-14:40 パワーヨガ 堀内
14:00				14:00	
15:00	14:30-17:00  強化コース練習			15:00	
16:00	※この時間のスイムプールは ご利用いただけません。			16:00	
17:00				17:00	
18:00	<b>閉館</b>			18:00	
19:00				19:00	
20:00				20:00	
21:00		21:00			
22:00		22:00			

営業時間 10:00 ~ 17:00