

11/4(月祝) 振替休日

レッスンスケジュール

	スタジオ	プール
10:00		
10:30	10:30~11:15 シンプルエアロ45	10:30~11:00 初級スイム(平泳ぎ) 田中 😊
11:00	 KAORI 😊	
11:30	タオル持参! 11:30~12:15 背骨コンディショニング45	11:15~12:00 コーチにおまかせ (基礎) 田中
12:00	松田 🧑 😊	
12:30	 12:30~13:15 メガダンス45 MEGADANZ	12:15~13:00 初中級スイム (バタフライ) 田中
13:00	 中尾 😊	
13:30	13:25~14:10 ファットバーンエアロ45 (初中級)	13:15~14:00 コーチにおまかせ (基礎) 豊田
14:00	 田中	
14:30	14:25~14:55 ショートレッスン30 松田 😊	14:15~15:15 上・中上級スイム (コーチにおまかせ) 豊田 🧑
15:00	スタジオ:34名定員  ↑こちらのマークがあるレッスンは、 営業開始時より、 コーンを配布します。	11/4(月祝)の営業は、 20時迄となっております。 ※3F、プール、浴室、 シャワールームの ご利用は19時45分迄と なっております。
15:30		
16:00		

