

短期教室中

レッスンスケジュール

令和2年7月28日～8月 2日
令和2年8月25日～8月30日

	7/28・8/25 火曜日		7/29・8/26 水曜日		7/30・8/27 木曜日		7/31・8/28 金曜日		8/1・8/29 土曜日		8/2・8/30 日曜日		
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
10:00	危険力アツアツ アロマ付き												
11:00	ポル・ド・ブラ 須永 10:30～11:20	ビーチバレー30 10:30～11:00	ファットバーナー 塩原 10:30～11:20	初めてクロール 大嶋 10:30～11:00 背泳ぎ教室 大嶋 11:00～11:30	BANBANエアロ 中川 10:30～11:20	競泳クロール 石川 10:30～11:00 お好みスイミング 石川 11:00～11:30	ZUMBA TOMO 10:30～11:20	アクアピクス 定 10:30～11:10		クロール&背泳ぎ 大嶋 10:30～ パドル&フィン 大嶋 11:00～	ベビー スイミング 大塚 10:45～11:30	ZUMBA 平沼 10:30～11:20	プライベートレッスン (予約制) 10:30～11:00
12:00		短期 水慣れ教室 11:00～11:45		フィンスイム 大嶋 11:30～12:00		短期 水慣れ教室 11:00～11:45		短期 水慣れ教室 11:00～11:45					
13:00			ピラティス 塩原 11:30～12:20		リラククスヨガ 常木 11:30～12:20		ベルビクスストレッチ 塩原 11:30～12:20		ヨガ 岩崎 11:30～12:20				
14:00													
15:00													
16:00													
17:00													
18:00													
19:00													
20:00													
21:00													
22:00	(※フリーフィン&パドルタイム... 火～金 20:00～21:00 土 20:00～20:30 日 終日)												

カレンダーや
キャンペーンを
ご確認ください



レッスンの
変更など
掲載中!



子供日曜補講授業
14:00～15:00 予約制
詳細は館内掲示板
またはブログ参照

プライベートレッスン
(予約制) 15:00～15:30

選手
コース

日曜日
プライベートスイムレッスン
好評予約受付中!
30分 ¥1,100

★OR(オリエンテーション) 30分
ジムの使い方を教えます。
予約制 ※会員様限定 時間応相談

<お知らせ>
8月13日(木)～17日(月)
休館日
毎週月曜日 定休日



都合により担当者の変更、レッスン内容の変更、又は休講の場合もございます。ご了承ください。