

2026年2月23日(月) 祝日スケジュール

プール		Fスタジオ	Wスタジオ
10:00			
11:00		ZUMBA® 櫻井恵 10:45～11:45	血流改善 足もみ健康法 白箸正代 10:15～11:15 ※定員12名
12:00			
13:00			
14:00	ツールでリセット 内村恵美 13:20～13:50		
	★ 水慣れ 内村恵美 14:00～14:30		
15:00	ロングコース不可		
	キッズ スイミングスクール 15:00～15:50		
16:00			
17:00	キッズ スイミングスクール 16:00～17:00		
18:00	キッズ スイミングスクール 17:15～18:15		
19:00			
20:00			
<div>※スタジオへのご整列は前レッスン終了の10分前からとなります。</div> <div>※朝一番のレッスン、及び空き時間の間隔が1時間以上あるレッスンは 15分前から整列となります。</div> <div>※整列時、及びスタジオ内の荷物を置いての場所取りはご遠慮ください。</div> <div>※レッスン中の退室は、安全のためご遠慮ください。（怪我や体調不良の場合を除く）</div> <div>※定員数(器具を使用するレッスンは定員数が異なる)</div> <div>フィットネススタジオ 35名 ウェルネススタジオ 20名</div>			