

祝日レッスンタイムスケジュール

4/29(火) 祝日

	スタジオ	多目的	プール	
10:00				10:00
	10:30~11:00 骨盤ケアストレッチ 川口舞沙美		おたのしみ	
11:00				11:00
	11:20~12:05 ZUMBA 河辺智子	11:15~12:00 太極拳 大原典子	11:15~11:45 はじめてスイム 仲谷元博	
12:00				12:00
	12:25~12:55 バレトン 近藤和泉	12:30~13:00 DARKBOX Asari	11:55~12:25 チャレンジスイム 仲谷元博	
13:00				13:00
	13:15~14:00 リラックスヨガ 近藤和泉		12:35~13:05 パーソナルスイム 仲谷元博	
14:00				14:00
	14:20~15:05 かんたんエアロ&ステップ 近藤和泉	14:15~14:45 GROUP CENTERGY SALA		
15:00				15:00
16:00				16:00
17:00				17:00
18:00				18:00

下記レッスン予約時は、
「エアロビクス（特別レッスン）」
 にてご予約お願いいたします。
 14:20~かんたんエアロ&ステップ
 定員25名

19:00閉館

<p>定員数のご案内</p>	<p>【スタジオ&多目的】 ・スタジオ:31名 ・多目的:17名</p> <p>【プール】 ・ウォーターシェイプ:28名 ・アクアウォーキング:22名 ・スイムレッスン:16名</p>
<p>レッスン WEB予約のご案内</p>	<p>・同時予約数は4枠までです。 ・レッスン開始20分前までキャンセル、10分前までご予約が可能です。 ・ホットプログラムの無断キャンセルはチケット1枚もしくは、1回分のレッスン料金を頂戴いたします。</p>