

水曜日					TIME	木曜日				
Aスタジオ	Bスタジオ	ライドスタジオ	レッスンプール	アクアプール		Aスタジオ	Bスタジオ	ライドスタジオ	レッスンプール	アクアプール
☆時間変更☆ 姿勢W-UP・C-DOWN 10:00~10:20 伊藤					<<10:00>>					
☆時間変更☆ 姿勢W-UP・C-DOWN 10:30~10:50 伊藤早				アクアビクス 10:30~11:00 西村	<<11:00>>	姿勢W-UP・C-DOWN 10:30~10:50 岡本				アクアウォーキング 10:40~11:00 風早
☆担当者変更☆ アクアエアロ初級45 11:00~11:45 高橋			ベビースイミング 11:00~12:00 4泳法初級 11:30~12:00 坂		<<12:00>>	adidas boxing45 11:00~11:45 岡本			泳健クラブ ・マスターズ ・初中級 【有料】 10:55~ 12:10	
コアメイキング 12:00~12:30 仙賀 ☆担当者変更☆ 新規者限定 チャレスイスイム 12:40~13:00 西村		【整理券配布】12:00~ R30 12:15~12:45 風早			<<13:00>>	タフエアロボード 12:15~12:45 西村				
☆名簿変更☆ アクアエアロ初級45 13:00~13:30 富貴隆 ☆担当者変更☆ 平泳初級 13:20~14:00 山内		ライド20 13:00~13:20 風早			<<14:00>>	ラテンエアロ 13:00~13:45 寺岡	☆担当者変更☆ リラックスフォーマー 13:00~13:15 山田め ☆担当者変更☆ 青竹ふみふみ 13:25~13:45 山田め		バタフライ初級 13:10~13:40 永澤 背泳ぎ初級 13:10~13:40 坂	
クローリング中級 13:55~14:25 高橋 JMBA ☆時間変更☆ 14:10~14:40 ひめ 14:25~14:45 高橋 マスターズ 14:30~15:00 高橋					<<15:00>>	☆担当者変更☆ エアロ初級 13:55~14:25 西村		【整理券配布】13:45~ R30 14:00~14:30 藤井	平泳ぎ初級 13:50~14:20 坂 フィンスイム 13:50~14:20 永澤	アクアウォーキング 14:10~14:30 坪倉
エアロ初級45 15:10~15:35 岡本					<<16:00>>	☆時間変更☆ ほぐれっち 14:40~15:10 西村			マスターズ 14:30~15:00 永澤	
	リラックスフォーマー 15:45~16:00 風早		ジュニア スイミング 12:30~20:15		<<17:00>>	太極拳 15:20~16:20 佐谷				
					<<18:00>>					
					<<19:00>>	キッズダンス 16:30~18:30 松本				ジュニア スイミング 15:30~20:15
New!! ☆名簿変更☆ ボクシングライク 18:15~19:30 寺岡 19:00~19:20 梶谷					<<20:00>>	ヒップホップ 18:45~19:30 松本				
☆内容変更☆ エアロボード 上級45 サークル 19:45~20:30 高間		【整理券配布】19:45~ R30 20:00~20:30 藤井	19:15~ 20:15 2コース のみ 利用可		<<21:00>>	ナチュラルヨガ 19:45~20:30 松本			泳健クラブ ・中上級 ・初中級 【有料】 19:30~ 20:45	☆内容・担当者変更☆ 水中筋トレ 20:20~20:40 藤谷
NIGHT CYCLE 20:40~21:00 藤井			チャレンジスイム 20:50~21:20 坂	ライトダウン	<<21:30>>	エアロ初級 20:45~21:15 岡本				ライトダウン

	4月14(金)・15(土)
休館日	5月3(水)・4(木)・5(金)・15(月)
	6月15(木)・16(金)