

2022年10月10日（祝・月）

スポーツの日！！

スタジオ

サブアリーナ

プール

メインアリーナ
西

メインアリーナ
東

10:30 ポールストレッチ
小倉 10:20-10:50

11:00 ストレッチ
フリー利用
11:15-12:00

12:00 シェイプエアロ
松岡
12:25-13:10

13:00 ★オリジナルダンス★
松岡
13:25-14:10

14:00

15:00 ストレッチ
フリー利用

16:00

17:00 14:30-20:00
※ストレッチマット
ポールは利用可。

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

23:00

ボディバランス
MATSU
10:30-11:30

レスミルズバー
松原 11:45-12:15

MEGADANZ30
OGU 12:30-13:00

ボディパンプ
おぐ×あゆ
13:15-14:15

ボディジャム
DJ.YUKA
14:30-15:30

ボディアタック
AYUXOGU
15:45-16:30

ボディコンバット
藤瀬×近石
16:45-17:45

18:00

19:00

20:00

21:00



アクアピクス(シェイプ)
小倉
11:15-12:00

⑥～⑦コース
プール初心者
鈴木 12:15-12:45

⑥～⑦コース
スイミングサーク
(登録制)④～⑦コース
鈴木
13:00-14:00

有料プログラム
14:00-15:00
⑦コース

ジュニア
スイミングスクール
幼児
15:15-16:30

ジュニア
スイミングスクール
児童
16:30-17:45

ジュニア
スイミングスクール
上級
17:45-19:00

18:00

19:00

20:00



バドミントン
サークル
11:00-12:30

テニスフリー
12:30-17:00



ジュニアトランポリン
幼児
17:30-18:45

ジュニアトランポリン
児童
19:00-20:15

20:00

21:00

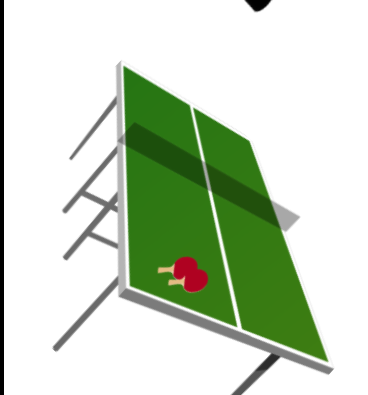
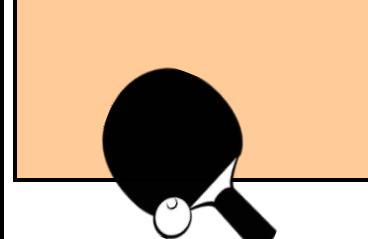
22:00

ソフトバレー
大会
10:15-12:00

卓球フリー
12:00-13:00

卓球サークル
13:00-15:00

卓球フリー
15:00-17:00



20:00

21:00

22:00



秋のキャンペーン実施中