

2024年10月14日(月.祝) 特別タイムスケジュール

スタジオ

サブアリーナ

プール

10:30		ウォーク&ジョグ 太田 10:30-11:00 ⑥~⑦コース
11:00	シェイプエアロ 竹内 10:30-11:15	
12:00	リズム&ストレッチ 太田 11:20-11:50	
	シンプリーステップ 竹内 11:35-12:15	
13:00	ボディバランス45※ST 松原 12:30-13:15	
	ZUMBA 竹内 12:30-13:15	
14:00	ヨガ【心】 竹内 13:30-14:15	
	レズミルズダンス MC.m 13:35-14:20	
15:00	シェイプエアロ 松岡 14:30-15:15	
		ジュニア スイミングスクール 幼児 15:15-16:30
16:00	tone(調整) & Reborn(再生) 田井 15:45-16:30	
		ジュニア スイミングスクール 児童 16:30-17:45
17:00		
		ジュニア スイミングスクール 上級 17:45-19:00
18:00		
19:00	閉館時間 19:00 (運動施設利用時間18:30 まで)	

Instagram
新アカウント



@VISPOKOTOHIRA.OFFICIAL

新規フォローで
無料施設利用券

プレゼント



スイミング幼児クラス
無料体験会

15:15-16:30

プールに興味のある子集まれ~

※事前にお申込みください