





2025年1月13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	メインアリーナ 西	メインアリーナ 東
10:30	※持参OK ポールdeストレッチ 小倉 10:30-11:00 ※貸出は20本です	ボディパンプ30 永山 10:30-11:00	ウォーク&ジョグ 太田 10:30-11:00 ⑥~⑦コース	●縄跳び教室 9:00-10:00 ●走り方教室 10:15-11:15	
11:00	リズム&ストレッチ 太田 11:20-11:50	ボディコンバット45 永山 11:20-12:05	アクアビクス 小倉 11:15-12:00 ⑥~⑦コース		
12:00	シェイプエアロ 松岡 12:15-13:00	からだコンディショニング 小倉 12:25-13:10			卓球フリー利用 12:00-13:00
13:00	かんたんダンス 松岡 13:20-14:20		スイミング クラス 無料体験会 開催！ 	テニスフリー 12:30-16:30 	卓球サークル 【登録制】 13:00-15:00
14:00			ジュニア スイミングスクール 幼児 15:15-16:30		卓球フリー 15:00-17:00
15:00			ジュニア スイミングスクール 児童 16:30-17:45	ジュニアトランポリン 幼児 17:00-18:15	学校体育向上教室 17:00-18:00
16:00			ジュニア スイミングスクール 上級 17:45-19:00	ジュニアトランポリン 児童 18:30-19:45	
17:00					
18:00					
19:00	閉館時間 19:00 (運動施設利用時間18:30 まで)				

新春キャンペーン 2ヶ月半額!!

短期会員様も募集中! ※1.2月のみ