

# 6月日曜レッスンスケジュール

6月4日(日)		6月11日(日)		6月18日(日)		6月25日(日)	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00							
11:00							
11:00~11:30 ローラーストレッチ (30)		11:00~12:00 ヨガ (60) 藤田		11:00~11:45 チャレンジエアロ (45) 横田		11:00~11:45 ボルド・プラ (45) 宮氏	
12:00							
11:45~12:30 GROUP POWER (45) MASA				12:00~12:30 トータル コンディショニング (30) 横田		12:00~12:45 ダイエットヨガ (45) 宮氏	
13:00							
12:45~13:45 GROUP FIGHT (60) MASA		12:15~13:00 GROUP FIGHT (45) 谷田		12:45~13:05 ストレッチ体操 (20)		13:00~13:30 ヘルスケアエクササイズ (30) 宮氏	
14:00							
14:00~15:00 ダンススクール 4歳~6歳	14:00~ 熱波浴	14:00~15:00 ダンススクール 4歳~6歳	14:00~ 熱波浴	14:00~15:00 ダンススクール 4歳~6歳	14:00~ 熱波浴	14:00~15:00 ダンススクール 4歳~6歳	14:00~ 熱波浴
15:00							
15:05~16:05 ダンススクール 小学校1年生~ 4年生		15:05~16:05 ダンススクール 小学校1年生~ 4年生		15:05~16:05 ダンススクール 小学校1年生~ 4年生		15:05~16:05 ダンススクール 小学校1年生~ 4年生	
16:00							
16:15~17:15 ダンススクール 小学校5年生~ 高校生		16:15~17:15 ダンススクール 小学校5年生~ 高校生		16:15~17:15 ダンススクール 小学校5年生~ 高校生		16:15~17:15 ダンススクール 小学校5年生~ 高校生	
17:00							
	17:00~ 熱波浴		17:00~ 熱波浴		17:00~ 熱波浴		17:00~ 熱波浴

## 営業時間

月~金 10:00~22:00  
土 10:00~21:30  
日・祝 10:00~20:00

## 施設点検日(休館日)

15(木)・30日(金)