




# 祝日プログラム

## 10月9日 月曜日

	スタジオ		プール		
	スタジオ		プール	スクール	
9:30					9:30
45					45
10:00					10:00
15					15
30	 10:15~11:15 矢吹 千春		アクアウォーク 10:30~11:00 吉田 かな		30
45					45
11:00					11:00
15					15
30	 11:30~12:30 矢吹 千春		アクアダンス 11:15~11:45 吉田 かな		30
45					45
12:00					12:00
15					15
30					30
45					45
13:00					13:00
15	 12:45~13:45 鈴木 誠				15
30			脂肪バイバイ 13:30~14:00 吉田 かな		30
45					45
14:00					14:00
15	バランスボール 14:00~15:00 鈴木 誠		アクアウォーク 14:15~14:45 吉田 かな		15
30					30
45					45
15:00					15:00
15					15
30					30
45					45
16:00				ジュニア スイミング	16:00
15					15
30					30
45					45
17:00					17:00
15					15
30					30
45					45
18:00					18:00
15					15
30				30	
45				45	
19:00				19:00	
15				15	
30				30	
45				45	
20:00	20:00 閉館				20:00