






# 祝日プログラム

## 12月23日 土曜日

	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				スイミング ジュニア	10:00
15					15
30					30
45			アクアウォーク 10:30~11:00 鈴木 誠		45
11:00	10:15~11:15 矢吹 千春				11:00
15					15
30			マッスルアクア 11:15~11:45 鈴木 誠		30
45					45
12:00	11:30~12:30 矢吹 千春				12:00
15					15
30				30	
45				45	
13:00			初めて背泳ぎ 12:45~13:15 森 愛	13:00	
15				15	
30	12:45~13:45 鈴木 誠		アクアダンス 13:30~14:00 渡辺 詩穂	30	
45			45		
14:00			脂肪バイバイ 14:00~14:30 半澤 祥太	14:00	
15				15	
30	14:00~14:45 吉成 久幸			30	
45				45	
15:00				15:00	
15				15	
30	15:00~15:45 半澤 祥太			30	
45				45	
16:00				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	