

4月月間予定表 フロアスタジオ版

日	月	火	水	木	金	土		
	1	2	3	キッズ	4	5	キッズ	6
	★9:45~10:30 ストレッチヨガ ★11:00~11:45 かんたんエアロ ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	★19:00~20:00 リラックスヨガ	★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★10:30~11:30 タヒチアンダンス	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳	★14:00~15:00 ピラティス ★12:30~13:30 太極舞			
7	8	9	10	キッズ	11	12	キッズ	13
	★9:45~10:30 ストレッチヨガ ★11:00~11:45 かんたんエアロ ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	休館日	★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★10:30~11:30 タヒチアンダンス	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳 ★13:00~14:00 ALOHA hura	★14:00~15:00 ピラティス ★12:30~13:30 太極舞			
14	15	16	17	キッズ	18	19	キッズ	20
	★9:45~10:30 ストレッチヨガ ★11:00~11:45 かんたんエアロ ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	★19:00~20:00 リラックスヨガ	★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★10:30~11:30 タヒチアンダンス	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳 ★13:00~14:00 ALOHA hura	★10:00~10:45 ズンバゴールド ★12:30~13:30 太極舞			
21	22	23	24	キッズ	25	26	キッズ	27
	★9:45~10:30 ストレッチヨガ ★11:00~11:45 かんたんエアロ ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	休館日	★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★10:30~11:30 タヒチアンダンス	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳 ★13:00~14:00 ALOHA hura	★10:00~10:45 ズンバゴールド ★14:00~15:00 ピラティス ★12:30~13:30 太極舞			
28	29	30						
	★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	★19:00~20:00 リラックスヨガ						

※エンジョイピラティスは3月2日をもって閉講となります。たくさんのご参加誠にありがとうございました。
 ※【キッズ】はキッズダンス教室が開催される日となります。
 ※講師都合によりやむを得ず休講となる場合がございます。
 ※トレーニングルーム初回講習会は随時受付しております。予約の際は屋内プール事務所までお願い致します。
 ※第2、4火曜日は休館日となります。その他、臨時休館をする際は事前にお知らせ致します。
 ※教室参加は、当日受付となります。9時より受付を開始致します。
 ※教室開始時間より10分を過ぎますと、安全面を考慮して入場をお断り致します。
 ※フロア教室は、トレーニングルーム初回講習会を受けていなくても参加できます。
 ※教室の前後30分間は施設をご利用頂けます。(トレーニング利用の方はカードを提出してご利用ください。)

MENU!

・インボディー測定会
15日(月)~21日(日)