

# 7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	
換水清掃の為 休館となります。							★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳		★10:00~10:45 ズンバゴールド ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス			
7		8		9		10		11		12		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		★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)		★10:00~10:45 ズンバ		★10:00~10:45 ズンバゴールド ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス			
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		★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)		★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳		★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス			
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		★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)		★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳		★10:00~10:45 ズンバゴールド ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス			
28		29		30		31	キッズ						
		★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		★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)							

※【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けております。予約の際は、電話でのお申込み又は  
屋内プール事務所までお願い致します。

※第2、4火曜日は休館日になります。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者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、教室券のみで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)