無料プログラムタイムスケジュール2月

開催日程の詳細は裏面をご覧ください。※休館日2/12（日 ）～15（水）/プール休館日2/6（月）～22（水）

	プール					スポーツ室	トレーニング室	
	月	火	水	木	金	火	月	水
10:00	アクアウォーキング（国分）10:00～10:30	アクアビクス（植松）10:00～10:30		アクアウォーキング（国分）10:00～10:30				
11:00							トレーニング指導 11:00～11:30	
12:00			アクアビクス（中田）12:00～12:30	アクアビクス（岩下）12:00～12:30	アクアビクス（関谷）12:00～12:30			
13:00	アクアビクス（植松）13:00～13:30			アクティブウォーキング（国分）13:00～13:30				トレーニング指導 13:00～13:30
14:00						火曜日実施 メンテナンスヨガ（塩島）13:45～14:45		
～								
19:00			アクアビクス（中田）19:00-19:30					

2/6（月）～22（水）はプールがお休みです。
2/12（日）～15（水）はスポーツ室・トレーニング室もお休みです。

プール⇒入場券を購入し開始時間までに25mプールにお集まりください。（先着順で、定員を超えた場合はご参加いただけない場合がございます。）

トレーニングルーム⇒入場券を購入しトレーニングルームのスタッフにお声がけください。（先着順で、複数の場合お待ちいただくことがございます。）

スポーツ室⇒レッスン開始30分前からB1受付にて受付を開始します。その後、スポーツ室にお集まりください。（先着順でご参加いただけます。/定員あり）

※開催日程の詳細は裏面をご覧ください。