



4月29日(土) 昭和の日



	シーサイド	サン	プール
10			
11	 ヨガ60 10:30~11:30 岡部 敬子	ステップ50 10:45~11:35 竹内 たまよ 定	
12	zu・ZU・ZUMBA75 12:00~13:15 たまちゃん＆むつちゃん		
13			
14	ピラティス 13:45~14:45 矢野ゆかり		
15	カラダ・うごく 15:00~15:30 渡邊いづみ		
16	腰痛予防ストレッチ 15:45~16:15 渡邊いづみ	☆卓球フリー☆ 13:30~19:00 (3台) ※2階マシンジム カウンターで受付 してください	ファミリープール 11:00~15:00 この日はプール解放! ※ビジターの方、 子どもさん、お孫さんと一緒にどうぞ。 ☆料金(税込)☆ プールのみ 大人972円 中学生756円 小学生以下540円
17			
18			
19			
20	ZUMBA45 19:15~20:00 田井 利昌		
21			祝日の為、開館時間は10:00~21:00までとなります。 お問い合わせ: 0875-83-8311 たくまシーマックス
22			