



9月20日(月)敬老の日



	シーサイド	サン	プール		
10	ヨガ45 9:50～10:35 稲 靄	エアロ30 10:00～10:30 CHI HARU			
11	リトモス45 10:50～11:45 CHI HARU	ジャズダンス30 10:50～11:20 稲 靄	初めてプール(15)11:00～林 初めてクロール30 11:15～11:45 林		
12	Group Fight30 12:00～12:30 山本	社交ダンス(有料) 11:45～12:45 今田			
13	エアロ30(中級) 13:00～13:30 太田				
14	ダンスエアロ30 13:45～14:15 太田				
15	健康体操45 14:30～15:15 小川	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">祝日限定開催</p> <p style="text-align: center;">60分間の 経絡(けいらく) ヨガを実施します。</p> <p>体の内側や内臓を 活性化させる事を 目的にしたヨガ。 気の栄養素となる 空気を呼吸から 取り入れる事で 経絡の通りを よくしていきます。</p> </div>			
16				<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"> ジュニア スイミングスクール (有料) </p> <p style="text-align: center;">14:45～18:45</p> </div>	
17	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"> Jrチアダンススクール (有料) </p> <p style="text-align: center;">16:30～18:30</p> </div>				
18					
19	経絡ヨガ60 19:00～20:00 逢坂				
20					

21 イベント湯 ～ゆずの湯～ 開催いたします

祝日の為、開館時間は9:30～21:00までとなります。

卓球フリー
16:00～18:00
(4台)

フロントで受付
してください。

15:30～受付