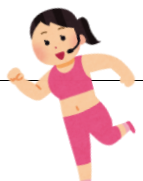


5月4日(日) みどりの日

GW

	シーサイド	サン	プール
10		【映像】やさしいストレッチ30 9:45～10:15	成人スイミング 9:45～10:45 スタッフ ジュニア スイミング スクール 10:00～11:15
11	リリースストレッチ30 10:30～11:00 MUKU	【映像】スタイルアップヨガ40 10:30～11:10	
12	ZUMBA(45min) 11:15～12:00 MUKU		無料! ファミリープール 利用時間 11:30～16:45 ※ファミリープールのみ のご利用の方は 17:00までに ご退館ください。 
13	パワーヨガ 13:00～13:45 稲 薨	【映像】中級ボクシングエクササイズ40 11:50～12:30	
14			
15	エアロ40 14:15～14:55 逢 坂	Group Power45 14:15～15:00 北 原	
16	リフレッシュヨガ45 15:15～16:00 逢 坂	【映像】腰痛予防ストレッチ30 15:30～16:00	
17	卓球フリー 16:30～18:30 フロントにて 受付をしてください (16:00～受付開始) ※ラケットはご自身のものをご 利用頂く事をお勧めします		 みどりの日
18			
19			
20			
21			

開館時間 9:30～21:00

|

|

|