3月20日(金・祝) 春分の日

	シーサイド	サン	プール
10		リフレッシュストレッチ15 10:00～10:15 スタッフ	
11	太極拳60 10:15～11:15 森	**リトモス45** **10:30～11:15** **KEN**	
12	**ジャズダンス45** **11:30～12:15** **稲 霤**	バランスボール30 11:35～12:05 スタッフ	
13	**親子イベント** **『親子でつくろう!元気な未来』** **13:00～14:00**	**ヨガ30** **12:30～13:00 A i**	
14		**Group Power30** **13:15～13:45 西 林** Group Fight30 14:05～14:35 西 林	**スイミングサークル** 14:00～15:30 どなたでも参加 いただけます
15		ストレッチポール30 15:00～15:30 スタッフ	
16	卓球フリー 15:30～18:30 フロントで 受付してください (15:00～受付開始) ※ラケットはご自身 のものをご使用頂く 事をお勧めします。	【映像】中級エアロ45 15:45～16:30	¥ **ジュニア** **スイミングスクール** 14:45～18:45
17		かんたんトレーニング15 17:00～17:15 スタッフ	
18		リフレッシュストレッチ30 17:30～18:00 スタッフ 【映像】ヒップアップエクササイズ30 18:15～18:45	
19		【映像】体幹トレーニング30 19:00～19:30	
20	ボクシングエクササイズ40 19:30～20:10 髙 田	【映像】かんたんヨガ15 19:45～20:00	**成人スイミングスクール** ¥ **19:30～20:30**
21			

春分の日

開館時間 9:30～21:00