

	シーサイド	サン	プール
10	アロマヨガ60 10:00~11:00 稲 霏	Group Fight60 10:00~11:00 西 林	ウォーキングサークル 10:30~11:30
11	ジャズダンス30 11:15~11:45 稲 霏	Group Power60 11:25~12:25 北原・西 林	
12	太極拳30(初級) 12:00~12:30 森		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 ※利用状況により変動する 場合がございます
13	ダンス基礎15 12:45~13:00 KEN	【映像】	
14	リモス60 13:15~14:15 KEN	ボクシングエクササイズ30 13:40~14:10 高 田	
15	ウェーブリング60 14:30~15:30 スタッフ	【映像】	卓球フリー 16:00~18:30 フロントで 受付をしてください (15:30~受付開始) ※ラケットはご自身 のものをご使用いただく ことをお勧めします
16		リフレッシュストレッチ30 17:30~18:00 スタッフ	
17		【映像】	開館時間 9:30~21:00
18			
19			
20			
21			

