

☆スタジオ祝日プログラム☆

2月23日（月）天皇誕生日

	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
10:00			
11:00		やさしいフラダンス 10:25～11:10 垣内	
12:00	LES MILLS BODYBALANCE 60 11:15～12:15 秋山	下腹ぺたんこエクササイズ ESTレ 11:30～12:15 川崎	
13:00		バリエーションストレッチ 12:30～13:15 草薙	
14:00	LES MILLS BODYPUMP 60 HEAVY 13:00～14:00 長瀬 ↑WEB予約2月16日（月）14:10～開始↑	やさしいピラティス 13:30～14:15 ちまき	
15:00	LES MILLS BODYJAM 60 14:20～15:20 阿部		
16:00	LES MILLS BODYCOMBAT 60 15:40～16:40 阿部 ↑WEB予約2月16日（月）16:50～開始↑	RPM45 115:15～16:00 田中 ↑WEB予約2月16日（月）16:10～開始↑	
17:00			キッズスクール
18:00			

★祝日 営業時間★

営業時間 10:00～21:00（フロント営業時間19:00まで）
（スポーツゾーン終了は20:00です。予めご了承くださいませ。）

2月23日 (月) 天皇誕生日

☆フール プログラム☆

時間	プログラム	定員	担当
11:00~11:45	<div>整理券</div> みっちりアクア	20名	轟
13:00~14:00	スイムレッスン 初級	なし	杉本
14:00~14:30	アクアサイズ	なし	山森
14:45~15:15	<div>整理券</div> SUPエクササイズ	10名	轟

祝日の営業時間は10:00~21:00(スポーツムーン20:00まで)となります
※整理券はプログラム開始2時間前よりプールサイド 本日のプログラム表よりお取り下さい。

2026年2月23日(祝月) 天皇誕生日

		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
月	1				スイムレッスン 初級							
	2		親子				幼稚園児				学童	
	3							学童	学童			
	4											
	5											
	6											
	7		みっちり アクア			アク アサ イズ						
	8						SUP エクサ					

※ は整理券の必要なプログラムです。

一方通行コース
中上級者コース
上級者コース
中級者コース
初級者コース
フリーコース
プログラム専用コース

※お客様のご利用状況により、変更になる場合がございます。予めご了承ください。