

2024年 11月祝日営業レッスンスケジュール

2024年11月4日(月)

9:00	スイミングプール	フィットネススタジオ 【1F】	ウェルネススタジオ 【2F】	アリーナ 【2F】
10:00			バタフライのキック うねりの悩みも ここで解決!?	気功法 劉嘉 9:30~10:30
10:15~10:45	オリジナルヨガ 永安会里佳 9:30~10:30		キックの強化や脚 のトレーニングに も!	
11:00	フィンスイミング 川岸冬輝 11:00~11:45		バトトレニング 齋藤圭輔 11:10~11:40	陳式太極拳 精要十八式 (中級) 劉嘉 10:40~11:40
12:00	プライベート 川岸冬輝 12:00~12:30	ファイドウ60 須山幸夫 11:45~12:45	みんなで筋力 齋藤圭輔 11:50~12:20	卓球 12:00~13:15
13:00	プライベート 川岸冬輝 12:40~13:10	ユバウト 45 田島里佳 13:00~13:45	フィンコースについて 【はやく泳ぐコース】を 専用コースとさせてい たきます。	
14:00	【試験実施】 13:30~14:30 フィンコース		貸出用のフィンまたは ご持参いただいてもか まいません。	イデイカ 13:35~14:50
15:00			スピードが出る為、ぶ つからないよう気をつ けて泳いでください。	
16:00			フィンコースご利用後 感想など聞かせてい ただければ今後の参 考にさせていただきます。	
17:00	キッズスイミングスクール 15:00~18:20	はじめてフラダンス 井上裕史 16:30~17:30	キッズフラダンススクール 16:00~19:00	キッズサッカースクール 15:20~18:40
18:00				
19:00				

無料 初心者向け
レッスン

550円(税込)
レッスン

1,100円(税込)
レッスン

2,200円(税込)
レッスン

2024年 11月祝日営業レッスンスケジュール

2024年11月23日(土)

9:00	スイミングプール	フィットネススタジオ 【1F】	ウェルネススタジオ 【2F】	アリーナ 【2F】
10:00				
10:00~11:00	【試験実施】 フィンコース	はじめてフラダンス 井上裕史 9:45~10:45		
11:00			フィンコースについて 【はやく泳ぐコース】を 専用コースとさせてい たきます。	
12:00			貸出用のフィンまた はご持参いただいても かまいません。	バドミントン 11:30~12:45
13:00			スピードが出る為、ぶ つからないよう気をつ けて泳いでください。	
14:00			フィンコースご利用後 感想など聞かせてい ただければ今後の参 考にさせていただきます。	卓球 13:00~14:15
15:00	【試験実施】 14:00~15:00 フィンコース	チャレンジ 竹内愛 14:40~15:30		
16:00				
17:00		リトモス 柴田朱美 16:30~17:30		
18:00	【試験実施】 17:30~18:30 フィンコース			
19:00				

無料 初心者向け
レッスン

550円(税込)
レッスン

1,100円(税込)
レッスン

2,200円(税込)
レッスン