

# 2019年1月14日 (月・祝)

## 特別タイムスケジュール

	スタジオ	サブアリーナ	プール	その他 メインアリーナ等
10:30	朝ヨガ 松原 10:30-11:15	ボディパンプ45 永山 10:30-11:15	ウォーク&ジョグ 太田 10:30-11:00	
11:00	シンプルエアロ 太田 11:30-12:10	オリジナル健康体操 小林 11:30-12:15	アクアピクス(シェイプ) 小倉 11:10-11:40	卓球 フリー 11:00-12:00
12:00	リズム&ストレッチ 小倉 12:30-13:00	ZUMBA 小林 12:30-13:30	2019スイム ⑥~⑦コース 12:00-13:30	卓球 サークル 12:00-14:00
13:00	からだコンディショニング 小倉 13:10-13:40	ボディジャム DJ.YUKA 13:45-14:45		卓球 フリー 12:00-17:00
14:00		ボディコンバット45 石崎 15:00-15:45		卓球 フリー 14:00-17:00
15:00			幼児クラス 15:15-16:30 ひよこ~16級 ⑤~⑦コース	
16:00			児童クラス 16:30-17:45 17級~10級 ④~⑦コース	
17:00			上級クラス 17:45-19:00 9級~ベスト ③~⑦コース	
18:00				ジュニア バドミントン スクール 18:00-19:15
19:00				バドミントン サークル 18:00-20:00
20:00				
21:00				