

特別プログラムタイムスケジュール

11月3日(水・祝)

| | Aスタジオ | Bスタジオ | プール | 多目的コート |
|-------|----------------------------------|--------------------------------|---|--------|
| 10:00 | | | | |
| 10:30 | | | | |
| 11:00 | | | | |
| 11:30 | エアロビクス初中級 竹内 11:05~11:50 | | | |
| 12:00 | | | | |
| 12:30 | ZUMBA Riepon 12:20~13:05 | | アクアビクス 竹内 12:10~12:40 | |
| 13:00 | | | | |
| 13:30 | | | アクアスクール 【有料プログラム】 13:00~14:00 | フリータイム |
| 14:00 | | | | |
| 14:30 | マッスルビート 赤木 14:15~14:55 | ヨガ 【有料プログラム】 14:00~15:05 | | |
| 15:00 | | | | |
| 15:30 | | | | |
| 16:00 | 卓球フリータイム 【要予約】 16:00~16:40 | ASAHI KIDS. | ASAHI KIDS. ジュニアスイミングスクール 14:15~18:30 ご利用頂けます (コース制限あり) | |
| 16:30 | | キッズ・バレエ | | |
| 17:00 | | | | |
| 17:30 | 卓球フリータイム 【要予約】 17:10~17:50 | 16:00~18:30 | | |
| 18:00 | | | | |
| 18:30 | | | | |