

11月23日(金)特別プログラムの案内

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	多目的コート	
9:00					9:00
10:00	ヘルシーヨガ 9:45~10:30 須崎	24名の定員です。 予約受付は別紙を ご確認ください。	20周年イベント ASAHI KIDS プール開放 (予約制) 使用コースは4~6コース	テニス フリータイム 9:30~12:00	10:00
11:00	20周年イベント UBOUND (予約制) 11:00~12:00 AKI&AYA		エアロビクス初級 11:15~12:00 澤		クラブ会員様は 1~3コースを ご利用いただけます 10:00~12:00
12:00					12:00
13:00	RITMOS 12:30~13:30 後藤	コンディショニングストレッチ 12:45~13:30 清水	ASAHI KIDS. アクアベビークラブ (コース制限あり) 13:00~14:00	フリータイム 12:30~15:00	13:00
14:00	機能改善体操 14:00~14:45 山口(清)	レッスンの後半に ストレッチポールを 使用します	アクアスクール (有料登録制) 14:00~15:00		14:00
15:00	エアロビクス初級 15:00~15:45 丸川				15:00
16:00	コリオエアロ 16:00~17:00 丸川	アロマリラックス 16:00~16:30 清水	ジュニア スイミング スクール	フットサル フリータイム 15:30~18:30	16:00
17:00			クラブ会員様も ご利用いただけます (コース制限あり)		17:00
18:00	卓球フリータイム 17:30~18:15	ASAHI KIDS. キッズ・ダンス 18:00~19:00	15:15~18:30	18:00	

営業時間:9:00~19:00(最終チェックイン18:30)

デイトタイム・アフター5・リフレッシュ60・Jrペアレントデイ会員の方はご利用いただけません。

皆様のご来館をアニメーター一同、心よりお待ちしております。