

# 2020.8月 水夢 スタジオ & プール プログラム

	月曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00												
11:00					10:30~11:15 健康体操 入澤							
11:00~12:00			11:00~11:45 コアダンス 神谷				11:00~11:45 ピラティス 青野		11:00~11:45 モニ★スト 池田			
12:00	11:00~12:00 リラックスヨガ 芦田											
13:00												
13:00~13:45	13:00~13:45 エナジ-フロ-ヨガ 芦田	13:00~15:00	13:00~14:00 ストレッチヨガ 平井	13:00~15:00	13:00~13:45 リラックスポール 神谷	13:00~15:00	13:30~14:30 アロマヨガ 入澤	13:00~15:00	13:00~13:45 リシェイフ 安田	13:00~14:00 幼児スクール ①②コース使用	13:00~13:45 オリエンテーション (予約・別料金)	
14:00		選手コース ①②コース使用		選手コース ①②コース使用		選手コース ①②コース使用		選手コース ①②コース使用				
14:00~14:45			14:15~15:00 アクティブエアロ 神谷		14:00~14:45 エンジョイステップ 神谷		14:00~14:45 オリエンテーション (予約・別料金)					
15:00										14:30~15:30 小学生スクール ①②③④コース使用		
16:00		14:00~14:45 オリエンテーション (予約・別料金)		15:00~15:45 オリエンテーション (予約・別料金)					15:00~16:00 運動療法 (予約・別料金)	15:30~17:30 選手コース ①②コース使用		
17:00		16:00~17:00 幼児スクール ①②コース使用			16:00~17:00 幼児スクール ①②コース使用		16:00~17:00 運動療法 (予約・別料金)		16:00~16:45 オリエンテーション (予約・別料金)			
18:00			17:30~18:30 運動療法 (予約・別料金)	17:30~18:30 小学生スクール ①②③④コース使用		16:30~17:30 運動療法 (予約・別料金)		17:30~18:30 小学生スクール ①②③④コース使用				
19:00												
20:00			19:00~19:45 ZUMBA 奈須		18:30~19:00 ちょい★トレ 池田		19:15~20:00 オリエンテーション (予約・別料金)		19:00~19:45 筋トレセブン 安田			
21:00		19:30~20:15 リズム♪天国 池田										



★8月のお知らせ★

8/1⊕~31⊕  
プール  
一般プログラム  
全て休講

8/10⊕~15⊕  
スタジオプログラム休講

8/9⊕  
午前中貸切  
午後1時より営業します

日・祝日は20:00まで  
祝日は全プログラム休講

★月2回のレッスン  
↓今月はこの日!  
NEW 8/6, 8/27

CHANGE  
8/7 START!

「友だち追加」で  
プログラムや  
休講のお知らせが  
届きます★

水夢  
LINE QRコード

