

9月15日（月）敬老の日			
	スタジオ1	スタジオ2	プール・歩行浴
10:30			
11:00	スタートクラス 45	パワーヨガ 45	ぽかぽかリング 30
11:30	11:00～ 大森	11:00～ MARI	11:00～荻谷
12:00	レギュラークラス 45	ペルビックスストレッチ 45	クロール初級45 《初級》
12:30	12:00～ 薄井	12:00～ 綿引	12:00～ 仲田
13:00	スタートステップ30 13:00～ 平野		
13:30	定員30名		
14:00	ローインパクト45 13:45～ 平野	バレエエクササイズ 45 13:45～ 西	
14:30			
15:00	ボディコンバット 60 14:45～ 石川		
15:30			
16:00			ジュニア スクール
16:30	ボディステップ 60 16:15～ 安達	ジュニア スクール 16:00 ～ 18:30	15:00 ～ 19:00
17:00	定員30名	《クラシックバレエ》	
17:30			
18:00	祝日 施設利用時間		
	運動施設 10：00～19：45		
	温浴施設 10：00～19：50		
	閉館時間 20：00		
	※色分けしているクラスは初心者の方でも安心して参加いただけるレッスンです。		

9月23日（火）秋分の日			
	スタジオ1	スタジオ2	プール・歩行浴
10:30			
11:00	メガダンス 45		アクアビクス 45
11:30	11:00～ 亀田		11:00～ 沼尻
12:00	ファンクショナルエアロ 45		バタフライ45 《初級》
12:30	12:00～ 亀田		12:00～ 仲田
13:00	ビギナーステップ 45		
13:30	13:00～ 平野		
14:00	定員30名		
14:30	レギュラークラス 45 14:00～ 平野	ジュニア スクール 14:15 ～ 15:15	
15:00	ボディパンプ 60 15:00～ 佐々	《クラシックバレエ》	
15:30			
16:00	定員30名		ジュニア スクール 15:00 ～ 19:00
16:30	ボディアタック 60 16:30～ 佐々		
17:00			
17:30			
18:00	祝日 施設利用時間		
	運動施設 10：00～19：45		
	温浴施設 10：00～19：50		
	閉館時間 20：00		
	※色分けしているクラスは初心者の方でも安心して参加いただけるレッスンです。		