

2023年9月18日（月・祝）敬老の日 特別スタジオ・プールプログラム

	スタジオ	プール
11時	やさしいエアロ 10:30～11:30 所 あけみ	プ ー ル プ ロ グ ラ ム は お 休 み で す
12時	おまかせストレッチ 11:45～12:15 所 あけみ	
13時		
14時		
15時	やさしいエアロ 14:30～15:30 中町 純子	
16時	ショートストレッチ 15:45～16:15 中町 純子	
17時		
18時	敬老の日	
19時		
20時		
	施設利用時間 20 : 45 閉館 21 : 00	