

2024年1月8日（月）特別スタジオ・プールプログラム

	スタジオ	プール
10時		プ ー ル プ ロ グ ラ ム は お 休 み で す
	やさしいエアロ	
11時	10:30～11:30 中町 純子	
12時	ショートストレッチ 11:45～12:15 中町 純子	
13時		
14時		
	やさしいエアロ	
15時	14:30～15:30 所 あけみ	
16時	おまかせストレッチ 15:45～16:15 所 あけみ	
17時		
18時	卓球利用 17:00～18:00 18:15～19:15	
19時	1時間×2区分 ※要予約	
20時		
21時		
	施設利用時間 20:45 閉館 21:00	

