

# 2月クラス(2月3日(火)~3月1日(日)) Well会員 プール予定表

火			水			木			金			土			日			
スクール	Well		スクール	Well		スクール	Well		スクール	Well		スクール	Well		スクール	Well		
	レッスン	Wellタイム		レッスン	Wellタイム		レッスン	Wellタイム		レッスン	Wellタイム		レッスン	Wellタイム		レッスン	Wellタイム	
11:30																10:30		
11:45																10:45		
12:00																11:00		
12:15			2/4.18の、 13:00~13:30は、 利用できません。			2/5.12.26の、 13:00~13:30は、 利用できません。			2/6の、 13:00~13:30は、 利用できません。							11:15		
12:30																11:30		
12:45			フレッシュ アクア なかの	6コース		6コース		フレッシュ アクア なかの	6コース		6コース					11:45		
13:00																12:00		
13:15				2/3 イベント レッスン	2コース	レディース スクール	1コース	レディース スクール	1コース	レディース スクール	1コース					12:15		
13:30																12:30		
13:45																12:45		
14:00																13:00		
14:15			基礎クロール 2/24 しもむら	7コース		7コース			7コース		7コース						14:00	
14:30			2/3.10の、 14:00~14:30は、 利用できません。			2/18の、 14:00~14:30は、 利用できません。		2/5.12.19の、 14:00~14:30は、 利用できません。		2/13の、 14:00~14:30は、 利用できません。						14:30		
19:00																	19:00	
19:15																	19:15	
19:30																	19:30	
19:45																	19:45	
20:00																	20:00	
20:15																	20:15	
20:30																	20:30	
20:45																	20:45	
21:00																	21:00	
21:15			火曜スイ游劇場 しもむら	3コース		8コース		美フォーム むらまつ	7コース		決戦は金曜日 しもむら	3コース					21:15	
21:30																	21:30	

	有料レッスン(チケットが必要になります。)
	無料レッスン

	Wellタイム(ご自由にプールをご利用いただけます)
	スクールレッスン(月会費制)

※平日14:30までは女性専用となります。

# 2月クラス(2月3日(火)~3月1日(日)) Well会員 スタジオ予定表

火		水		木		金		土		日	
チケット (有料)	Well	チケット (有料)	Well	チケット (有料)	Well	チケット (有料)	Well	チケット (有料)	Well	チケット (有料)	Well
11:30											
11:45											
12:00											
12:15	Wellタイム (さとう)		Wellタイム (たかはし)								
12:30	水泳前の ストレッチ さとう		アロマストレッチ たかはし		ヨガ教室 2/5.12.19.26 たかはし		ヨガ教室 2/6.13.20 CAECO				
12:45											
13:00	2/17イベント レッスン	Wellタイム (さとう)		Wellタイム (たかはし)		Wellタイム (たかはし)		Wellタイム (さとう)			
13:15											
13:30	バランスボール 2/3.10.17 たじま	2/24イベント レッスン	ほぐし運動 2/4 たかはし	Wellタイム (たかはし)	リズム体操 (ソフト) 2/12.26 たじま			バランスボール さとう			
14:00				Wellタイム (たかはし)				Wellタイム (さとう)			
14:15		Wellタイム				Wellタイム					
14:30											
14:45	2月11日(水・祝)は休館日となります。										
19:00											
19:15	Wellタイム (おおわき)		Wellタイム (おおわき)		チューブで トレーニング おおわき	全身調整ヨガ & トレーニング 2/13.27 ささの	全身調整ヨガ 2/20 ささの				
19:30	水泳前の ストレッチ おおわき	初心者エアロ& リズムエアロ 2/4 2/18 おおわき	初心者エアロ 2/25 おおわき					Wellタイム			
19:45							2/20イベントレッスン			あつまれ！ 運動クラブ むらまつ	
20:00											
20:15	Wellタイム (おおわき)			体幹トレーニング 2/19 おおわき	Wellタイム (おおわき)	2/6 イベントレッスン	Wellタイム (なかの)			Wellタイム (ひかる)	
20:30											
20:45							チューブで トレーニング なかの	2/21 イベントレッスン			
21:00											
	有料レッスン(チケットが必要になります。)		Wellタイム(ご自由にスタジオをご利用いただけます)		※平日 14:30までは女性専用となります。						
	無料レッスン										

スタジオ利用時間変更のお知らせ

火曜日～金曜日

12:00～14:30・19:00～21:00

土曜日

19:30～21:00

日曜日

10:30～12:30