

大人プールフィットネスご案内

錦ヶ丘

	火	水	木	金	土	日・月
	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	
9:30	火曜日～金曜日 開館10:00				開館9:30	
10:00						休館日
10:30					パワーヨガ	
11:00						
11:30	アクアビクス		ヨガ	アクアビクス		
12:00	スイム30	スイム60		スイム30		
12:30			水中ウォーキング			
13:00						
13:30						
14:00	フィットプールレーン	フィットプールレーン	フィットプールレーン	フィットプールレーン		
14:30						
15:00	大人退館 ※木曜日バレトン利用除く					
15:25			バレトン			
16:10					土曜日退館18:30	
18:45	ナイト会員 プールレーン	ナイト会員 プールレーン	ナイト会員 プールレーン	ナイト会員 プールレーン		
20:15	火曜日～金曜日 退館20:30					