

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	
火曜日～金曜日 開館10:00								開館9:30			
アクア ビクス		スイム 60		水中 ウォーキング		ヨガ		アクア ビクス		ストライキング エクササイズ	
スイム 30		フィット プール レーン		スイム 30		フィット プール レーン		休館日			
大人退館 ※木曜日ストライキングエクササイズ利用除く								土曜日 退館18:30			
ストライキング エクササイズ											
火曜日～金曜日 退館20:30											