

8月スタッフレッスン

- 8/ 1(水) 13:30~13:45 ひきしめ下半身 【ジ ム】
- 8/ 2(木) 8:40~ 9:00 ストレッチ 【スタジオ】
- 8/ 8(水) 13:30~13:45 ひきしめ下半身 【ジ ム】
- 8/13(月) 10:15~10:45 簡単アクア30 【プール】
- 8/13(月) 13:30~14:00 簡単アクア30 【プール】
- 8/13(月) 14:30~15:00 水なれ(簡単泳法レッスン) 【プール】
- 8/17(金) 14:00~14:30 水中ウォーキング【プール】
- 8/22(水) 13:30~13:45 ひきしめ下半身 【ジ ム】
- 8/23(木) 8:40~ 9:00 ストレッチ 【スタジオ】
- 8/29(水) 13:30~13:45 ひきしめ下半身 【ジ ム】
- 8/30(木) 8:40~ 9:00 ストレッチ 【スタジオ】

夏休み期間、子供の短期水泳教室でご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力よろしくお願い致します。

8/13(月)・8/17(金)はキッズスクール休講となり、種別関係なく10:00~19:00ご利用いただけます。

ぜひ、ご来館ください！！