

# 大人10月休館日の変更について

●10月21日(水) フリー遊泳・ハピネス 10:00~15:00

☆レッスン☆

- プール 10:15~10:45 アクアエクササイズ:釜島
- 11:45~12:30 トレーニングスイム:大森 初級スイム:石本
- 13:30~14:15 流水:石本
- 体操場 11:00~11:30 ももヨガ:住所
- 12:45~13:15 ストレッチ:釜島
- ハピネス 10:15~10:45 ダンスボクシング:住所
- 14:00~14:30 ボディシェイプ:住所

●10月22日(木) 休館

●10月23日(金) フリー遊泳・ハピネス 10:00~15:00

☆レッスン☆

- プール 13:30~14:15 流水:石本
- 体操場 12:45~13:15 ストレッチ:大森
- ハピネス 10:15~10:45 60秒スペシャル:住所