

大人10月休館日の変更について

●10月21日(木) 休館

●10月22日(金) フリー遊泳・ハピネス 10:00~15:00

☆レッスン☆

○プール 10:15~10:45 ウォーキング:大森

13:30~14:15 流水:石本

○体操場 10:55~11:00 ラジオ体操:住所

11:00~11:30 ももヨガ:住所

12:45~13:15 ストレッチポール:住所

○ハピネス 10:15~10:45 60秒スペシャル:住所

14:00~14:30 アイテム&スロトレ:住所

●10月23日(土) フリー遊泳・ハピネス 10:00~15:00

☆レッスン☆

○体操場 10:55~11:00 ラジオ体操:住所

12:40~12:45 ラジオ体操:住所

12:45~13:15 ストレッチ:住所

○ハピネス 10:15~10:45 ダンスボクシング:住所