

9/17(月)祝日レッスンプログラム

	スタジオ	プール		体育室	
		メイン	サブ	第1体育室	第2体育室
9:00					
			9:15~9:45 水中ウォーキング 福井	・施設使用料のみ ・定員15名 ・対象16歳以上	
10:00	・¥500(自由参加型) ・定員25名 ・対象16歳以上	10:00~10:20 クロール入門：峰岸			
		10:30~10:50 背泳ぎ入門：峰岸			
11:00		11:00~11:30 フィンスイム：峰岸			
	11:30~12:30		【クロール入門】 【背泳ぎ入門】 【フィンスイム】 ・施設使用料のみ ・定員10名 ・対象16歳以上		
12:00	エアロ初中級 中島美砂				
13:00					
14:00				※団体のご利用日の為終日利用不可となります。	※団体のご利用日の為終日利用不可となります。
15:00			15:00~ 子供定期教室 火曜振替分		
16:00			16:00~ 子供定期教室 火曜振替分		
17:00			17:00~ 子供定期教室 火曜振替分		
18:00					
19:00					
	19:30~20:15	・¥500(自由参加型) ・定員25名 ・対象16歳以上			
20:00	Group Fight45 AKANE				
21:00					
22:00					
23:00					

- ・自由参加型レッスンは開始30分前より受付(フロント)にて予約開始、参加チケットをお渡し致します。
- ・水中ウォーキング、フィンスイムは**開始30分前よりプールサイドの受付**となります。
- ・クロール入門・背泳ぎ入門は**9:30よりプールサイドの受付**となります。
- ・レッスン内容、担当は変更になる場合もございますのでご了承ください。
- ・スタジオレッスンをご利用の際は運動に適したウェア、室内用シューズをご用意ください。