

1月9日（月）祝日

成人の日



短縮営業タイムスケジュール

1/9（月・祝）				
	スタジオA	スタジオB	プール	フリーコース
9:30 OPEN				2 3 4 コース
10:00	10:00~10:45 ヨガ 増田 希望	10:10~10:40 シバム/バーチャル	10:00~10:45 ベビースイミング	
11:00				
11:30	11:05~12:05 フラダンス 小林 真弓	11:00~11:45 ヨガ 増田 希望	11:00~11:45 水中運動 岡崎・田中	
12:00				
12:30	12:25~13:10 マルチダンス 山田 さとみ	12:15~13:00 筋トレ&コンディショニング 松本 隆雄	12:00~12:45 中級 岡崎 上級 笠原	
13:00				
13:30	13:30~14:30 ボディバランス 山田 さとみ	13:40~14:10 シバム/バーチャル	13:00~13:45 初級 齋藤 菜乃花	
14:00				
14:30				
15:00				
15:30	15:15~16:00 ボディパンプ 佐藤 亜希子	15:00~16:00 キッズバレエ (3才~未就学児)	15:00~16:00 子供水泳教室 キンダー・幼児 (3才~6才)	
16:00				
16:30	16:10~16:55 ボディコンバット 佐藤 亜希子	16:00~17:00 キッズバレエ (小学生)	16:00~17:00 子供水泳教室 幼児・学童 (4才~10才)	
17:00				
17:30	17:15~17:45 ボディバランス 佐藤 亜希子		17:00~18:00 子供水泳教室 幼児・学童 (5才~12才)	
18:00				
18:30			18:00~19:00 子供水泳教室 学童上級 10級以上	
19:00	19:00 CLOSE			

※スケジュールは変更となる場合がございます。変更内容は館内掲示、または、WEBをご確認ください。

スタジオのご利用について

- ・スタジオ定員人数/スタジオA：25名、スタジオB：15名
- ・すべてのクラスでWEB予約、もしくは整理券が必要となります。（バーチャルは除く）
- ・整理券は、クラス開始の35分前から、2階ジムエリアにて配布いたします。
- ・WEB予約につきましては、お気軽にスタッフへお問い合わせください。

アリススポーツクラブ