

スイミング祝日プログラム

2026 年 3 月 20 日 (金)

	1	2	3	4	5	6	7	8	
10:00									10:00
11:00	有 料 パーソナル								11:00
	11:00 ~ 12:00 シェイプスイムハード								
12:00									12:00
							定員20名 12:30 ~ 13:00 らくらくエクササイズ		
13:00							13:00 ~ 13:30 チャレンジ		13:00
14:00									14:00
15:00	定員36名 14:30 ~ 15:15 アクアエクササイズ I HanIR								15:00
16:00	有 料 パーソナル		16:00 ~ 18:00 トップ アスリート					有 料 ハイドロ	16:00
17:00									17:00
	有 料 パーソナル								
18:00	18:00 ~ 19:00 スピードアップ								18:00
19:00									19:00
20:00									20:00
20:30									20:30
21:00	1	2	3	4	5	6	7	8	21:00

■ アクア・ウォーキングプログラムは【 2月25日(水) PM 22:00 】よりマイページにてWEB予約が開始となります ■

■ 有料プログラム は【 2月25日(水) PM 21:00 】よりマイページにてWEB予約が開始となります ■

◀ 営業時間 ▶ 10:00 ~ 21:00 迄 (※ 最終入館時間 20:00 迄)

◀ 利用時間 ▶ 各エリア 20:30 迄 (プール・トレーニングルーム・スタジオ・スパクア)

※ 状況によりレッスン内容や営業時間が変更となる可能性がありますので、予めご了承ください ※