

2026年4月29日(水)

	1	2	3	4	5	6	7	8	
10:00									10:00
11:00									11:00
12:00							定員20名 11:30 ~ 12:00 ウォーキング&ジョグ		12:00
13:00	12:00 ~ 13:00 ビギナー								13:00
14:00	有料 パーソナル								14:00
15:00									15:00
16:00	定員36名 15:00 ~ 15:45 アクアエクササイズⅡ 大貫IR								16:00
17:00	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	17:00
18:00	有料 パーソナル		18:00 ~ 19:00 スピードアップ					有料 ハイドロ	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【 3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【 3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・スパラクーア)  
 ※ 状況によりレッスン内容や営業時間に変更となる可能性がありますので、予めご了承ください ※