

5月5日(木・祝) プログラムタイムスケジュール

	スタジオ	プール
10:00	9:50-10:50 体調改善運動 宮崎さゆり 【30名】	
11:00	11:05-11:45 ストリートダンス40 山本孝幸【40名】	11:00-11:30 水中ウォーキング30 休場由華【40名】
12:00	12:00-12:45 Group Fight45 トレーナー 【40名】	11:40-12:10 ボールアクア30 休場由華【40名】
13:00	13:00-14:00 リトモス60 青山耀士 【40名】	13:00-14:00 単発有料スイム 【10名】
14:00	14:15-14:55 ボディメイクヨガ40 濱田満貴子【35名】	14:30-15:00 パーソナルスイミング
15:00	15:10-16:10 ビューティーペアMIX 上杉忍・深澤裕子 【40名】	14:30-15:00 パーソナルスイミング
16:00		
17:00	全てのスタジオプログラム・水中ウォーキング ボールアクア30は無料で受講できます	

スペシャルエアロビクス
【ビューティーペアMIX】
2人がみなさんに「祝福の時」
をもたらします。

※プールプログラム実施時には、コースを制限させていただきます。
※担当インストラクター、プログラムは変更になる場合がございます。予めご了承ください。



マークのプログラムは、4月28日(木)9時50分より
電話またはスポーツ交流館フロントにて予約受付開始
※他のプログラムは通常の受付となります

利用可能時間のご案内

●営業時間:9:30~18:00

※トレーニング終了は17:50まで



加古川スポーツ交流館

TEL:079-436-7400