

# 臨時スタジオ レッスンスケジュール 《 6/16(火)～6/30(火) 》

	月	火		水		木		金		土		日	
		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00		おはよう体操 スタッフ 10:10～10:20		おはよう体操 スタッフ 10:10～10:20		おはよう体操 スタッフ 10:10～10:20		おはよう体操 スタッフ 10:10～10:20		おはよう体操 スタッフ 10:10～10:20		おはよう体操 スタッフ 10:10～10:20	
11:00			マスターズ 11:00～12:10			マスターズ 11:00～12:10							
12:00			自由遊泳 12:20～14:30	自由遊泳 12:00～13:10		自由遊泳 12:20～14:30	自由遊泳 12:00～14:30	自由遊泳 12:00～14:30	自由遊泳 12:00～13:10				
13:00			アクア30 シェイプ 13:30～ 14:00 島田					アクア30 シェイプ 13:30～ 14:00 羽田野		サーキットシェイプ20 12:30～12:50		マスターズ 13:00～14:10	
14:00				サーキットシェイプ20 14:00～14:20						パンプシェイプ(20) 14:30～14:50			自由遊泳 14:10～17:10
15:00		爽快棒(20) 15:00～15:20				パンプシェイプ(20) 15:00～15:20		爽快棒(20) 15:00～15:20					
16:00													
17:00	コロナウイルス感染拡大予防のため、 臨時スケジュールにて、レッスンを再開致します。 ご理解の程、よろしくお願い致します。												
18:00										爽快棒(30) 17:45～18:15			
19:00												自由遊泳 【2コース限定】 18:40～20:10	
20:00		爽快棒(20) 20:00～20:20				爽快棒(20) 20:00～20:20		爽快棒(20) 20:00～20:20					
21:00			自由遊泳 21:00～22:20	自由遊泳 20:30～22:20	マスターズ 20:30～ 21:40	自由遊泳 21:00～22:20	自由遊泳 21:00～22:20	マスターズ 20:30～ 21:40	自由遊泳 21:30～22:20				
22:00													
ジム終了時間		22:30 (閉館23:00)		22:30 (閉館23:00)		22:30 (閉館23:00)		22:30 (閉館23:00)		20:30 (閉館21:00)		17:30 (閉館18:00)	

●自由遊泳 ～ 最終プール入場時間は自由遊泳終了時間の**10分前迄**となります。