

2025年11月24日（月）振替休日 特別プログラム

	スタジオ	プール
10時		
11時	やさしいエアロ 10:30~11:30 中町 純子	プ
12時	ショートストレッチ 11:45~12:15 中町 純子	ー
13時		ル
14時		プ
15時		□
16時		グ
17時		ラ
18時		ム
19時		は
20時		お
21時		休
	施設利用時間 20:45 閉館 21:00	み
		で
		す