

2025年 7月23日～ スタジオ・プールプログラム スケジュール

整理券制のプログラム

有料プログラム

変更があったプログラム

	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	日曜日			
10時	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	スタジオ	プール	第一・第三・第五週	第二・第四週	10時
11時	やさしいエアロ 10:30～11:30 所 あけみ	整理券32名 ペルヒックストレッヂ 10:30～11:30 鈴木 由美	エアロ& コンディショニング 10:30～11:20 沼尻 祐子	整理券30名 ゆら～アロマヨガ 10:30～11:30 野口 千恵子	アロマヨガ 11:45～12:45 野口 千恵子	整理券32名 アロマヨガ 10:30～11:30 渡辺 美咲	整理券30名 バランスコーディネーション 10:30～11:30 野口 千恵子	整理券32名 アロマヨガ 10:30～11:30 野口 千恵子	整理券30名 アロマヨガ 10:30～11:30 野口 千恵子	整理券32名 アロマヨガ 10:30～11:30 野口 千恵子	整理券30名 アロマヨガ 10:30～11:30 野口 千恵子	整理券32名 アロマヨガ 10:30～11:30 野口 千恵子	11時
													12時
													13時
													14時
													15時
													16時
													17時
													18時
													19時
													20時
													21時
※ 有料プログラム の詳細は別紙をご参照ください ※夏季休業期間はプールプログラムがお休みになります（キッズスイミングを除く）										さしま健康交流センター 遊楽里			