

時間	月			火			水			木			金			土			日			
	スタジオ	プール(大)	プール(子)	スタジオ	プール(大)	プール(子)	スタジオ	プール(大)	プール(子)	スタジオ	プール(大)	プール(子)	スタジオ	プール(大)	プール(子)	スタジオ	プール(大)	プール(子)	スタジオ	プール(大)	プール(子)	
9:00	スタジオ	プール(大)	プール(子)																			
9:30																						
10:00	ピラティス 9:30~10:15 西原 美穂 (330円/回)																					
10:30																						
11:00	引き締めエアロ 10:45~11:30 西原 美穂 (330円/回)																					
11:30																						
12:00	NEW コアリックス 11:50~12:05	アクアウォーキング 11:45~12:15 スタッフ (220円/回) 有																				
12:30	BODYBALANCE45 12:20~13:10 LES MILLS インストラクター	週替わり泳法 (4泳法) 12:15~12:45 スタッフ (220円/回) 有																				
13:00																						
13:30		わくわくスイム 初級 13:00~14:00 スタッフ																				
14:00	はじめてヨガ 13:30~14:15 中山 裕子 (330円/回)																					
14:30																						
15:00	カラダ調整 14:30~15:15 中山 裕子 (330円/回)		キッズ スイミング H1 東高松幼稚園生 14:30~15:30																			
15:30																						
16:00			キッズ スイミング K1 3歳~小学2年生 △級~7級 15:30~16:30																			
16:30																						
17:00			ジュニア スイミング A1 3歳~中学生 △級~7級 16:30~17:30																			
17:30	ジュニア JK1 年中~中学生 17:15~18:15 福留 聖乃		ジュニア スイミング B1 3歳~中学生 14級~1級 17:30~18:30																			
18:00																						
18:30																						
19:00			ジュニア スイミング Cフリー 小学生・中学生 6級~1級 18:30~19:30 ※詳しくはフロントまで																			
19:30	NEW BODYCOMBAT45 19:25~20:10 加藤 万穂																					
20:00																						
20:30	NEW BODYBALANCE30 20:30~21:00 伊藤 尊敏																					
21:00																						
21:30	スタジオ	プール(大)	プール(子)																			

休館日

**スタジオプログラム**  
施設利用料のみで  
ご参加いただけます。  
⇒ ご参加いただけます。

**抽選券配布**  
参加希望者が定員以上  
の場合抽選となります。  
抽選後の受取は  
3階にて承ります。

**抽選**  
⇒

**レッスン330円(税込)**  
ご参加には1回券・回数券・  
フリーパスのいずれかが  
必要となります。

**プールプログラム**  
1レッスン  
⇒ **220~330円(税込)**  
ご参加には1回券・回数券・  
フリーパスのいずれかが  
必要となります。

※30分レッスンを連続受講される場合は、  
60分レッスンプログラム受講と同等の扱いとなり  
330円チケットで2レッスンご参加頂けます。

**●ご案内●**

【スタジオレッスン抽選券配布】  
レッスン開始**30分**前より3階にて配布し**15分**前に締切ます。  
抽選の場合は**締切後**に結果を発表いたします。

【お願い】  
レッスン中もマスクの着用をお願いいたします。  
スタジオ内は換気のため、扉の開放・工場扇を稼働させています。

詳しくはフロント  
もしくは  
受付係までご確認ください。

詳しくはフロント  
もしくは  
受付係までご確認ください。

詳しくはフロント  
もしくは  
受付係までご確認ください。