

[文化の日]		
2026年11月3日（火・祝）		
≪営業時間≫ 9：00～18：00		
studio	gym	pool
9：00 OPEN		
9:00～10:00 ジュニア 体育スクール （体験教室）		9:00～10:00 ジュニア 水泳スクール （選手育成コース） 全コース使用
	10:10～10:25 足裏ほぐし	
11:00～11:40 HOTフィールヨガ 星 定員：47名	11:10～11:25 かんたん姿勢改善	11:20～12:00 フィンスイム 鈴木
12:00～12:40 ファイトアタック BEAT 北嶋 定員：45名	12:10～12:25 お腹引き締め	12:10～12:40 初級クロール 鈴木
13:00～13:40 Pilates Shape 星 定員：30名		13:00～14:00 フィン 利用 最大1コース使用
		14:30～15:00 ジュニアスクール準備 最大1コース使用
15:00～16:00 ジュニア 体育スクール		15:00～16:00 ジュニア 水泳スクール 最大2コース使用
16:00～17:00 ジュニア 体育スクール		16:00～17:00 ジュニア 水泳スクール 全コース使用
17:00～18:00 ジュニア 体育スクール		17:00～18:00 ジュニア 水泳スクール 全コース使用
18：00 CLOSE		
会員区分に準ずる利用となります。		

[勤労感謝の日]			
2026年11月23日（月・祝）			
≪営業時間≫ 9：00～18：00			
	studio	gym	pool
	9：00 OPEN		
9:00	9:00～10:00		9:00～10:00
9:30	ジュニア 体育スクール （体験教室）		プール使用不可
10:00			10:00～11:00 ジュニア 水泳スクール （体験教室） 最大2コース使用
10:30		10:10～10:25 かんたん筋膜ほぐし	
11:00			
11:30	11:00～11:40 ファイトアタック BEAT 星	11:10～11:25 脚＆お尻引き締め	11:00～12:00 ジュニア 水泳スクール （体験教室） 最大1コース使用
	定員：45名		11:30～12:00 初級バタフライ 佳代子
12:00	12:00～12:40		
12:30	HOTヨガ 松山		12:10～12:50 スイムトレーニング 堀越
	定員：47名		
13:00	13:00～13:40		
13:30	フィールピラティス 佳代子		
	定員：30名		
14:00			14:00～14:30 フィン利用 最大1コース使用
14:30			14:30～15:00 ジュニアスクール準備 最大1コース使用
15:00	15:00～16:00		15:00～16:00
15:30	ジュニア 体育スクール		ジュニア 水泳スクール 最大2コース使用
16:00	16:00～17:00		16:00～17:00
16:30	ジュニア 体育スクール		ジュニア 水泳スクール 全コース使用
17:00	17:00～18:00		17:00～18:00
17:30	ジュニア 体育スクール		ジュニア 水泳スクール 全コース使用
18:00	18：00 CLOSE		
会員区分に準ずる利用となります。			