

## ■スタジオプログラム休講のご案内

日程	時間	プログラム名	担当
29日(火)	13:45~15:00	フラダンス教室	古市

## ■スタジオプログラム変更&代行のご案内

日程	時間	プログラム名	担当	代行担当
3日(木)	11:00~11:45	ピラティス⇒ZUMBA	佐藤	八巻
15日(火)	20:15~21:00	ZUMBA	神山	日高

## ■日曜日隔週スタジオプログラムのご案内

日程	時間	プログラム名	担当
13日、27日(日)	11:00~11:30	イージーライン	STAFF
6日、20日(日)	11:00~11:30	Let's アフリカンダンス	村上
13日(日)	15:20~16:00	初級エアロビクス	野間
27日(日)	16:10~17:10	エアロFun	
6日、20日(日)	15:20~16:00	Pump Up!!	STAFF

## ■プールプログラムのご案内(月曜日、木曜日)

プログラム名	レッスン内容	担当
月:クロール&背泳ぎ	1月⇒背泳ぎを行います。	STAFF
木:平泳ぎ&バタフライ	1月⇒バタフライを行います。	STAFF

# お正月特別営業のご案内

1月3日(木)～6日(日)の期間は、  
曜日や時間帯に関係なく施設をご利用いただけます。

## 新年初泳ぎイベントのご案内

1月3日(木)13:10～14:00 2019年の初泳ぎを!!

### 《泳ぎ初め！ 全員集合2019》

初級:25m×10本 中級:50m×10本 上級:100m×10本

※ビート板キックやジョギングでのご参加も受け付けます

※この日の『昼のマスターズ』が上記プログラムになります

参加賞  
有り!!

## コラボイベントのご案内

1月14日(月)11:00～12:15 高橋IR.&佐々木IR.による特別コラボイベント

### 《ZUMBA》(承認NO:11442)

※このイベントにご参加の場合、コース外のご利用が可能です。