

10:00	アクティブプール	バーデプール	ギャラリー
	10:10~10:30 エンジョイウォーキング 担当:山本&中住	10:00~10:30 Ai Chi 担当:赤川 定員 20名	10:00~12:30 フットセラピー 担当:石塚
11:00	10:45~11:30 コラボアクア 担当:久美子&森田	10:45~11:30 プラス10 担当:中野 定員 20名	
12:00	11:45~ TABATA 担当:赤川		
	12:00~12:45 定員 60名 かんたんアクアサーキット 担当:山本&中住&柳瀬	12:00~12:30 定員 20名 Ai Chi 担当:赤川	
13:00	13:00~13:45 アクブル20周年 スペシャルアクアダンス 担当:チームアクブル	13:00~13:30 定員 5名 アクアコンディショニング 担当:中野	
14:00	14:00~ TABATA 担当:赤川	14:15~14:45 定員 20名 Ai Chi 担当:赤川	
15:00	15:00~16:00 定員 21名 スタンドアップパドル(SUP) 担当:萩原健太プロ		キャンセル規定 前日まで…無料 当日……………全額申し受けます
16:00			
17:00			

有料レッスン

無料レッスン

申込書

太線内をご記入のうえ、フロントまでお持ちください。

お名前	会員 ・ ビジター	お電話番号
※ご希望のレッスンの□にチェックを入れてください。(2つまで)		
<input type="checkbox"/> コラボアクア <input type="checkbox"/> かんたんアクアサーキット <input type="checkbox"/> アクブル アクアダンス <input type="checkbox"/> Ai Chi (10:00~)	<input type="checkbox"/> プラス10 <input type="checkbox"/> Ai Chi (12:00~) <input type="checkbox"/> Ai Chi (14:15~) <input type="checkbox"/> フットセラピー	-----有料レッスン----- <input type="checkbox"/> スタンドアップパドル (1,080円) <input type="checkbox"/> アクアコンディショニング (540円)
※右記のプログラムは当日、自由にご参加ください		
・エンジョイウォーキング ・TABATA(11:45~) ・TABATA(14:00~)		

クラブ側 記入欄