

あけの元気館プログラム・教室スケジュール 令和4年5月～

※祝祭日のプログラムは、休講となりますのでご了承ください。子どもスクールに関しては別途ご案内いたします。

曜日	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
場所	元気ひろば	健康体操室	プール	元気ひろば	健康体操室	プール	元気ひろば	健康体操室	プール	元気ひろば	健康体操室	プール	元気ひろば	健康体操室	プール	元気ひろば	健康体操室	プール	元気ひろば	健康体操室	プール
10時	スタッフ		スタッフ	スタッフ		スタッフ	スタッフ		スタッフ	スタッフ		スタッフ	スタッフ		スタッフ	スタッフ		スタッフ	スタッフ		スタッフ
11時	ショートレッスン 10:30-10:45		浅野	ショートレッスン 10:30-10:45		田中	ショートレッスン 10:30-10:45		鈴木	ショートレッスン 10:30-10:45		中山	ショートレッスン 10:30-10:45		浅野	ショートレッスン 10:30-10:50		浅野	ショートレッスン 10:30-10:50		中山
12時																					
13時	鈴木																				
14時	初級エアロ 13:00-13:45 500円																				
15時	小林/関 13:30-14:15 500円																				
16時	ボディメイク 14:00-14:45 500円																				
17時	スタッフ																				
18時	ショートレッスン 15:00-15:20																				
19時	温泉ストレッチ 15:30-15:40																				
20時																					
21時																					

★GWのプログラムについて★  
5/1(日)～5/5(木)までの期間、  
■有料レッスン ■無料レッスンは休講とさせていただきます。  
■教室についてはそれぞれご確認くださいませ。



レンタル卓球  
1h×4区分 ※要予約  
1時間500円  
温泉のあとに卓球を楽しみませんか？ご家族やお友達とご一緒にお楽しみ下さい。

5/28(土)都合により休講です。

NEW!!

時間変更!

NEW!!

時間変更!

NEW!!

- ...教室(月会費制)
- ...有料レッスン (パスポート使用○)
- ...有料レッスン (パスポート使用×)
- ...無料レッスン