

**POOL**

|       | 月(MON)                       | 火(TUE)                        | 水(WED) | 木(THU)                           | 金(FRI)                                 | 土(SAT)                        | 日(SUN)   |       |
|-------|------------------------------|-------------------------------|--------|----------------------------------|--|-------------------------------|--|-------|
| 10:00 |                              |                               |        |                                  | 9:00 OPEN                              |                               |  | 10:00 |
| 10:30 |                              |                               |        |                                  | 時間変更                                   |                               |  | 10:30 |
| 11:00 |                              | アクアピクス<br>10:30-11:00<br>芦高   |        |                                  | LEAP FIGHT AQUA<br>10:30-11:15<br>YUMI |                               |  | 11:00 |
| 11:30 |                              | アクアダンス<br>11:00-11:30<br>芦高   |        |                                  |  | 運営わりアクア<br>11:00-11:30        |  | 11:30 |
| 12:00 |                              |                               |        |                                  |  | 奇数週<br>アクアズンバ<br>YOSHIKO      |  | 12:00 |
| 12:30 |                              |                               |        |                                  |  | 偶数週<br>アクアピクス<br>Kaori        |  | 12:30 |
| 13:00 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 13:00 |
| 13:30 |                              |                               |        |                                  | アクアダンス<br>13:45-14:15<br>芦高            |                               |  | 13:30 |
| 14:00 |                              |                               |        | アクアピクス<br>14:30-15:00<br>川端      |  | アクアピクス<br>14:30-15:00<br>高嶋香織 |  | 14:00 |
| 14:30 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 14:30 |
| 15:00 |                              | アクアピクス<br>15:15-15:45<br>西田香  |        |                                  |  |                               |  | 15:00 |
| 15:30 |                              |                               |        |                                  | 水中ウォーク<br>16:00-16:30<br>高山ゆか          |                               |  | 15:30 |
| 16:00 |                              |                               |        | アクアピクス<br>16:15-16:45<br>高山ゆか    |  |                               |  | 16:00 |
| 16:30 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 16:30 |
| 17:00 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 17:00 |
| 17:30 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 17:30 |
| 18:00 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 18:00 |
| 18:30 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 18:30 |
| 19:00 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 19:00 |
| 19:30 |                              |                               |        | アクアズンバ<br>19:30-20:15<br>YOSHIKO | アクアピクス<br>19:30-20:00<br>Kaori         |                               |  | 19:30 |
| 20:00 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 20:00 |
| 20:30 |                              | アクアピクス<br>20:15~20:45<br>高山ゆか |        |                                  |  |                               |  | 20:30 |
| 21:00 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 21:00 |
| 21:30 | スタジオスケジュール<br>WEBでもご確認いただけます |                               |        |                                  |  |                               | プール営業時間<br>火～金9:00-22:00<br>土9:00-20:30<br>日9:00-19:30<br>※毎週月曜メンテナンス日<br>(十三大本店のプール利用可) | 21:30 |
| 22:00 |                              |                               |        |                                  |  |                               |  | 22:00 |
| 22:30 |                              |                               |        |                                  |  |                               | 営業時間 ジムエリア<br>・月～土 7:00-23:30<br>・日 9:00-22:00<br>※休館日:毎月第二月曜                            | 22:30 |



22:00 POOL CLOSE