

日 月 火 水 木 金 土

28	29	30	1	2	3	4
..... プール 10:00-14:00 プールは記載時間のみご利用可能です。	■ ヤムナ 11:00-19:00 1時間の有料個人レッスンです。		プール営業時間変更 9:00-14:00	プール営業時間変更 9:00-14:00	ピラティス 11:00-12:00 営業時間変更 9:00-19:30 プール営業時間変更 9:00-14:00	ヨガ 9:00-10:00
5	6	7	8	9	10	11
	営業時間変更 9:00-19:30 プール営業時間変更 9:00-14:00	プール営業時間変更 9:00-14:00 ピラティス 10:00-11:00	プール営業時間変更 9:00-14:00	水中ストレッチ &ウォーキング 12:15-12:45 ヨガ 19:00-20:00	ピラティス 11:00-12:00	ヨガ 9:00-10:00
12	13	14	15	16	17	18
Happy Mother's Day	バレエストレッチ 10:30-11:30 ヨガ 19:00-20:00	ピラティス 10:00-11:00 YMCA ベビークラス (有料) 10:45-12:00 水中運動 12:15-12:45 YMCA 成人クラス (有料) 12:55-14:00	水中ストレッチ &ウォーキング 12:15-12:45	水中ストレッチ &ウォーキング 12:15-12:45	ピラティス 11:00-12:00 **ヤムナパーソナル 12:00-18:00**	ヨガ 9:00-10:00
19	20	21	22	23	24	25
	ヨガ 19:00-20:00	ピラティス 10:00-11:00 YMCA ベビークラス (有料) 10:45-12:00 水中運動 12:15-12:45 YMCA 成人クラス (有料) 12:55-14:00	水中ストレッチ &ウォーキング 12:15-12:45	水中ストレッチ &ウォーキング 12:15-12:45	ピラティス 11:00-12:00	ヨガ 9:00-10:00
26	27	28	29	30	31	1
	CLOSED 休館日	ピラティス 10:00-11:00 YMCA ベビークラス (有料) 10:45-12:00 水中運動 12:15-12:45 YMCA 成人クラス (有料) 12:55-14:00	水中ストレッチ &ウォーキング 12:15-12:45	水中ストレッチ &ウォーキング 12:15-12:45	ピラティス 11:00-12:00	

平日・祝日
9:00 ~ 22:00
土日
9:00 ~ 17:30

MAY

5月 2024

★10:45-12:00、12:55-14:00のお時間は YMCA レッソンの為、1レーンのみご利用頂けます。