

2024年10月スクール休講日 メガロス三鷹 特別アクアプログラム

10月29日 (火)

10月30日 (水)


10月31日 (木)

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4

9:30	[9:30 OPEN]				[9:30 OPEN]				[9:30 OPEN]			
10:00												
10:30												
11:00												
11:30												
12:00												
12:30												
13:00												
13:30												
14:00												
14:30												
15:00												
15:30												
16:00												
16:30												
17:00												
17:30												
18:00												
18:30												
19:00												
19:30												
20:00												
20:30												
21:00												
21:30												
22:00												
22:30												
23:00												

メガマス申込者“限定”練習会
 普段のスィムトレーニングの15分拡大版45分レ
 スン。メガマスに向けて特訓したい方、ベストを目指
 したい方、お待ちしております!! 定員には限りがあ
 りますのでお早めにお申し込みください。

メガロス練習会 ※有料
 スィムトレーニング45
 (定員10名)
 12:00~12:45
 榎本



アクアダンス(定員36名)
 11:00~11:30 米田 幹子

アクアダンス(定員36名)
 13:15~13:45 米田 幹子

Liquid YOGA(定員36名)
 13:30~14:00 森 裕子

アクアダンス(定員36名)
 14:05~14:35 森 裕子

受付開始 13:20~

【ご案内】
 急遽KAICA・SEICAにて
 コースを使用させていただく場合が
 ございます。
 また都合によりレッススが
 急遽代講・休講・代替になる場合が
 ございます。
 あらかじめご了承ください。

メガマス申込者“限定”練習会
 普段のスィムトレーニングの15分拡大版45分レ
 スン。メガマスに向けて特訓したい方、ベストを目指
 したい方、お待ちしております!! 定員には限りがあ
 りますのでお早めにお申し込みください。

メガロス練習会 ※有料
 スィムトレーニング45
 (定員10名)
 20:15~21:00
 藤田



【プール: 22:50 CLOSE】【施設: 23:00 CLOSE】