

日・月休館日

プログラム表

JSS廿日市

営業時間	日曜日	月曜日	火曜日 9:45~21:00		水曜日 9:45~21:00		木曜日 9:45~21:00		金曜日 9:45~21:00		土曜日 6:15~18:00			
			プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ		
9:45														
10:00			水中運動姿勢美人 (姿勢美人ウォーキング) 10:00~10:45		水中運動姿勢美人 (水中バドミントン) 10:00~10:45		契約幼稚園 10:00~11:00		水中運動姿勢美人 (水中ウォーキング & ジョギング) 10:00~10:45		選手 6:15~8:30			
11:00			ベビー 11:00~12:00	ヨガ教室 (リラックス) 10:45~11:45	ベビー 11:00~12:00		ベビー 11:00~12:00	契約幼稚園 11:15~12:15	ベビー 11:00~12:00	レディース (中・上級) 11:00~12:00	ヨガ教室 (骨盤矯正) 10:45~11:45			
12:00														
13:00					水泳教室 (初・中級) 13:00~13:45		水泳教室 (初・中級) 13:00~13:45		水泳教室 (初級) 13:00~13:45		ジュニア AA6 8:45~10:00			
14:00	休館日	休館日	契約幼稚園 13:50~14:45	フリーコース 14:00~15:00			フリーコース 14:00~15:00		フリーコース 14:00~15:00					
15:00					ジュニア A3 14:30~15:45	フリーコース 14:00~15:00							ジュニア CC6 10:50~11:50	育成
16:00			ジュニア B2 15:30~16:45		ジュニア B3 15:30~16:45		ジュニア B4 15:30~16:45		ジュニア B5 15:30~16:45		Jr育成 スパーキッズ 10:45~13:00			
17:00			ジュニア C2 16:30~17:45		ジュニア C3 16:30~17:45		ジュニア C4 16:30~17:45		ジュニア C5 16:30~17:45		ジュニア A6 13:30~14:45			
18:00			ジュニア D2 17:30~18:45	Jr育成 スパーキッズ 17:30~18:45	新正会 空手教室 17:30~18:45	ジュニア D3 17:30~18:45	Jr育成 SK 17:30~18:45	育成 ジャズ ヒップホップ (初級) 17:50~18:50	ジュニア D4 17:30~18:45	Jr育成 SK 17:30~18:45	育成	ジュニア D5 17:30~18:45	Jr育成 スパーキッズ 17:30~18:45	
19:00			選手 18:30~20:45		育成 ハワイアン フラ教室 19:00~20:15	選手 18:30~20:45		育成 17:30~19:30	選手 18:30~20:45	育成 17:30~19:30	ヨガ教室 (はじめての きれいになる) 19:00~20:00	選手 18:30~20:45	育成 18:30~20:15	ジャズ ヒップホップ (中・上級) 18:55~19:55
20:00														
21:00														選手 15:30~17:45