

板橋区立赤塚体育館 GW特別プログラム (5/3~5/6)

※4/27(土)・4/28(日)は通常のプログラムとなります。

5月3日(金・憲法記念日)		5月4日(土・みどりの日)		5月5日(日・こどもの日)		5月6日(月・振替休日)	
スタジオ1	スタジオ2	プール 他	スタジオ1	スタジオ2	プール 他	スタジオ1	スタジオ2
9:00		競技場					
9:30		9:45-10:45 ゆったり太極拳 片桐・松井					
10:00		定員制(50名) 9:45-10:45 ピラティス 山田	9:45-10:45 《有料スクール》 ピラティス &プレバレエ ERIKO				
10:30		10:25-10:55 アクア30 小池					
11:00		11:00-11:45 ZUMBA® 山田	定員制(30名) 11:00-11:50 ビギナー ステップリーボック 渡辺(優)	11:00-11:40 バラエティ ストレッチ ERIKO			
11:30							
12:00							
12:30			12:00-13:00 健康体操 渡辺(優)	祝日特別 プログラム!			
13:00							
13:30			13:15-14:15 ヨガ 岡野	祝日の為 担当・時間 変更			
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							

祝日特別
プログラム!

祝日の為
時間変更

《注意》
祝日の為、3歳~中学生までのお子様の
プール利用は、有料(150円)となります。
ご注意ください。

祝日特別
プログラム!

祝日特別
プログラム!

祝日特別
プログラム!