

# 1月フルコース制限時間帯

8	水	水中運動①	14:00~15:00
15	水	水中運動②	14:00~15:00
17	金	健サポ 水中	15:00~15:30
22	水	水中運動③	14:00~15:00

※ 上記の時間帯は、プログラムにより一部コースを制限させていただきます。  
プログラム開始**5分前**よりコースロープの移動を行いますので  
ご理解の程、よろしくお願い致します。