


SOLARE TOYO 5月タイムテーブル ※プログラム参加のガイドラインに則ってご利用ください

	月			火			水			木			金			土			日			
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
9:30	全曜日10時開館																					9:30
10:00	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p>ジュニアスイミングスクール 9:30 ~ 11:45 コース制限にてご利用頂けます</p> <p>10:30~11:15 週替わりプログラム 45</p> <p>11:45~12:30 週替わりプログラム 45</p> <p>13:00 選手練習 13:00 ~ 15:00 練習コースとして1~3コースを 利用させて頂きます</p> <p>ジュニアスイミングスクール 13:00 ~ 15:15 コース制限にてご利用頂けます</p> <p>16:00 中西 ※時間・内容は週によって異なります 別途掲示をご確認ください</p> <p>18時半閉館 (トレーニングエリア 終了時間18時)</p> <p>20時半閉館 (トレーニングエリア 終了時間20時)</p> </div> <div style="width: 60%; text-align: center;"> <p>22時半閉館 (トレーニングエリア終了時間22時)</p> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;">  </div> </div>																					10:00
10:30																						10:30
11:00																						11:00
11:30																						11:30
12:00																						12:00
12:30																						12:30
13:00																						13:00
13:30																						13:30
14:00																						14:00
14:30																						14:30
15:00																						15:00
15:30																						15:30
16:00																						16:00
16:30																						16:30
17:00																						17:00
17:30																						17:30
18:00																						18:00
18:30																						18:30
19:00																						19:00
19:30																						19:30
20:00																						20:00
20:30																						20:30
21:00	21:00																					
21:30	21:30																					
22:00	22:00																					
22:30	22:30																					

調整系プログラム	有酸素系プログラム	筋トレ系プログラム	格闘技系プログラム	ダンス系プログラム	プールプログラム
----------	-----------	-----------	-----------	-----------	----------