

# 浦添店 8月25日（火）ウンケー

|       | プール                         | 4Fスタジオ                    | 2Fスタジオ                 |
|-------|-----------------------------|---------------------------|------------------------|
| 9:00  |                             |                           |                        |
| 30    |                             |                           |                        |
| 10:00 | 10:00～10:45                 |                           | 10:00～11:00            |
| 30    | クロール呼吸<br>★★★<br>仲西（太）      |                           | 沖ヨガ・<br>★★★<br>瀬長      |
| 11:00 | 11:00～11:45                 |                           | 11:15～12:00            |
| 30    | 中級クロール<br>★★★★<br>仲西（太）     | 内容・担当者変更                  | やさしい<br>ピラティス<br>★★ 宇井 |
| 12:00 | 12:00～12:45                 | 12:00～13:00               |                        |
| 30    | 個人メドレー<br>★★★★★<br>大城愛      | ZUMBA®□<br>★★★★★<br>本村    |                        |
| 13:00 | 13:00～13:45                 | 13:15～14:15               |                        |
| 30    | 膝痛<br>水中運動<br>★ 大城愛         | たのしくSTEP・<br>★★★★<br>宮城悦子 |                        |
| 14:00 | 14:00～14:45                 |                           |                        |
| 30    | ベーシック<br>アクア45<br>★★★ 宮城（美） |                           |                        |
| 15:00 | 15:00～15:45                 |                           |                        |
| 30    | 初心者・初級&クロール①<br>★★<br>仲西（太） |                           |                        |
| 16:00 |                             |                           |                        |
| 30    |                             |                           |                        |
| 17:00 |                             |                           |                        |

施設利用時間 9：00～16：50  
最終チェックイン 16：40

☐ 太枠内で囲まれているレッスンは通常とは時間・内容に変更があります。

★8月26日(水) ナカヌヒ 通常営業(9時～23時)

★8月27日(木) ウークイ 旧盆特別休館日

