









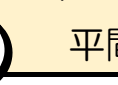






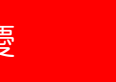






富良野市中心街活性化センター「ふらっと」特別タイムスケジュール 2024年8月11日(日)～8月19日(月)

営業時間	8月11日(日)		8月12日(月)		8月13日(火)	8月14日(水)		8月15日(木)		8月16日(金)		8月17日(土)		8月18日(日)		8月19日(月)
	10:00～18:00		10:00～18:00			10:00～21:00		10:00～21:00		10:00～21:00		10:00～21:00		10:00～18:00		
	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	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
10:30																
11:00	10:00～12:00 特別スイムレッスンの為 遊泳不可				10:30～11:00 スイングストレッチ 平間 沙織 		10:30～11:00 ストレッチボール 滝口 育斗 		10:30～11:00 歩き方教室 滝口 育斗 		10:30～11:00 アシスティックストレッチ 高田 大誠 		10:30～11:00 ストレッチボール 平間 沙織 			
11:30	3Fギャラリーからの 観覧無料				11:15～12:00 ボディジャム45 新居 仁美 		11:15～11:45 アシスティックストレッチ 高田 大誠 		11:15～11:45 ボディコンバット30 大山 茂樹 		11:15～11:45 ジミーストレッチ 岩城 磨代 		11:15～11:45 スイングストレッチ 平間 沙織 			
12:00					12:15～12:45 ボディハンブ30 滝口 育斗 											
12:30																
13:00			13:00～14:00													
13:30			ふらっと体育教室 基礎クラス													
14:00																
14:30																
15:00			14:30～15:30													
15:30			ふらっと体育教室 上級クラス													
16:00										15:30～16:30						
16:30			16:00～17:00							ふらっと体育教室 基礎クラス						
17:00			ボディハンブ 上野 恭慶 							16:50～17:50						
17:30										ふらっと体育教室 上級クラス						
18:00																
18:30																
19:00																
19:30						19:00～20:00		19:00～20:00		19:00～20:00		19:00～19:45				
20:00						ボディステップ 高木 美里 		ボディバランス 新居 仁美 		ボディアタック 高木 美里 		ボディハンブ45 滝口 育斗 				
20:30																
21:00																

- プログラム内容・時間・担当インストラクターが予告なく変更になる場合もございますので、予めご了承ください。
- ☺ が記載されているプログラムは、期間券をお持ちでない方も自由にご参加いただけます。