






# 5月6日(月)こどもの日振替休日

	フィットネス スタジオ	ナチュラル スタジオ	ジム	
10:00				10:00
11:00		 <b>イベントレッスン</b> 11:00~11:45 アロマヨガ(ハタヨガ) 園田 美由紀		11:00
12:00	12:00~12:45 ZUMBA 小手川 智美			12:00
13:00	13:15~14:00 ローインパクト45 篠崎 万彩乃	 <b>イベントレッスン</b> 13:00~14:00 ランナーズピラティス MAKI/MIWA		13:00
14:00	 <b>イベントレッスン</b> 14:30~15:30 パワーカーディオ60 MAKI	ピラティス初めて大歓迎です！ 身体の使い方が変わる★ 怪我をしにくいカラダづくりに役立ちます 要予約 20名 予約開始 2019年4月1日～ フロントにてご予約下さい 当日でも空きがあればご参加可能です		14:00
15:00				15:00
16:00	4月～のナンバーです！ フルバージョンにチャレンジ★ 全身をしっかりと鍛えましょう！	 16:00~16:30 グループRUN ショートサーキット		16:00

営業時間：10:00～20:00      トレーニング終了時間：19:30

— デイタイム・アクティブ・ナイト会員様は時間外利用料を¥1,620(税込)でご利用いただけます。

 …ホットのクラスです。遠赤外線床暖房 HEATPLUSの効果で身体の芯から温まります。