

2月11日（月）建国記念の日スケジュール

	フィットネス	コラーゲン	ジム	プール
10:00				
10:30				
11:00	10:45~11:30 ローインパクト 滝口	10:45~11:30 コラーゲンシャワー HOT		
11:30				
12:00	11:45~12:45 スローヴィンヤサヨーガ 平原	11:45~12:45 美彩心 HOT		
12:30				
13:00	13:00~14:00 ZUMBA 石中・大浦	13:00~14:00 ハタヨーガ 平原 HOT		
13:30				
14:00	14:15~15:15 ラディカルパワー60 矢崎	14:15~15:15 コンディショニング 林 HOT		
14:30				
15:00	15:30~16:00 FAT BURN EXTREME 山本	15:30~16:00 コラーゲンシャワー HOT		
15:30				
16:00	16:15~17:00 ハイ&ロー 政田	16:15~17:15 リラックスヨーガ 寺地 HOT		
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30トレーニング時間終了				

スペシャルコラボレッスン

バレンタイン直前！！

女性インストラクター2名の
スペシャルコラボレッスン！！

13:00~14:00
ZUMBA

<プールコースのご案内>

コース設定につきましては、コース
前の表示にてご確認くださいませ。

2月11日（月）の営業時間は10:00~19:00、トレーニングエリア終了時間は18:30となります。

🕒がついているものは定員制プログラムです。開始1時間前よりスタジオ前にて受付開始いたします。

