

3月21日（木）特別営業日スケジュール

| | フィットネス | コラーゲン | ジム | プール |
|-----------------|------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|----------------------------|
| 10:00 | | | | |
| 10:30 | | | | |
| 11:00 | | | | |
| 11:30 | 11:15~12:15 コンディショニング 林 | 11:30~12:15 コラーゲンヨーガ 松崎 | 11:30~12:15 GROUP RUN ライトサーキット | |
| 12:00 | | HOT | | |
| 12:30 | 12:30~13:15 かんたんステップ 長野 | 12:30~13:15 美彩心45 | | |
| 13:00 | | HOT | | |
| 13:30 | 13:30~14:15 かんたんエアロ 滝口 | 13:30~14:15 Q-ren骨盤体操 長野 | | 13:30~14:00 アクアビクス30 政田 |
| 14:00 | | | | |
| 14:30 | 14:30~15:15 サーキット 滝口 | 14:30~15:15 ハタヨーガ 政田 | | |
| 15:00 | | HOT | | |
| 15:30 | 15:30~16:30 GROUP FIGHT60 TK | 15:30~16:30 コラーゲンシャワー | | |
| 16:00 | | HOT | | |
| 16:30 | | | | |
| 17:00 | | | 16:45~17:30 GROUP RUN トラックサーキット | |
| 17:30 | | | | |
| 18:00 | | | | |
| 18:30トレーニング時間終了 | | | | |

3月21日(木)特別営業日

**全会員種別の方が
ご利用いただけます！**

<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。

3月21日(木)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。