
















プログラムスケジュール

10月8日(月) 体育の日

| | フィットネススタジオ | ナチュラルスタジオ | バイクスタジオ | プール |
|-------|--|---|---|--|
| 11:00 | | | | |
| 11:30 | | | | |
| 12:00 | | | | |
| 12:30 | |  12:15~12:45 すらっとヨガ 藤井 | | |
| 13:00 |  13:00~13:45  藤井 |  13:00~13:45 Body Make 美尻 亀岡 | | |
| 13:30 | | | | |
| 14:00 |  14:00~14:30 トレナビ 吉川 |  <small>定員:25名</small> 14:00~14:45 FRピラティス 亀岡 | | |
| 14:30 | | | | |
| 15:00 |  14:45~15:30  吉川 |  15:00~15:45 ルーシーダットン AYA | | |
| 15:30 | | | | |
| 16:00 |  15:45~16:30  山家 | | |  15:45~16:15 フィンスイム 鈴木 |
| 16:30 | | |  <small>定員:15名</small> 16:30~17:00 トップライド30 吉川 | |
| 17:00 | | | | |
| 17:30 | | | | |
| 18:00 | | | | |

● マークがついているものは、定員制のプログラムです。開始2時間前から受付開始となります。(トップライドは30分前より受付開始です。)

- 営業時間 10:00~20:00 (トレーニング終了 19:30)
- デイタイム会員様は時間外利用料¥1,080が必要です。

