

プログラムスケジュール

4月29日(月) 昭和の日

	EAST STUDIO	WEST STUDIO	NORTH STUDIO	POOL
10:00				
10:30				
11:00	 CENTERGY AKIKO 11:00~11:45			
11:30				
12:00	 UBOUND KANA 12:00~13:00		UBOUND 60分!! お久しぶりの60分クラスです♪ 今の皆さんの体力はいかがでしょう？ レベルアップしていますか？(*^-^*) チャレンジ精神でご参加お待ちしております	
12:30				
13:00	姿勢コンディショニング 山地 13:15~14:00			
13:30				
14:00	Balletone Lima 14:15~15:00		Balleton 45分!! レギュラーレッスンでは30分クラスが 1本だけという貴重なプログラム♪ 体幹をしっかり使いながらの このプログラムは 想像以上の滝汗(;´Д`) どなたでも気軽にご参加できる内容！	
14:30				
15:00	 ZUMBA Lima 15:15~16:00			
15:30				
16:00				
16:30				
17:00	4/29(月)のWEB予約開始は 4/4(木)0:00とさせていただきます。 予めご了承ください。			
17:30				

スタッフ滞在時間/ロッカー・浴室営業時間 10:00~19:00
 プール営業時間 10:00~18:00
 ジムは24時間営業です。