

プログラムスケジュール

5月4日(火) みどりの日

	フィットネススタジオ	フィールドスタジオ	プール	
10:00				10:00
11:00	11:00~11:45 癒し&リラックス 本村(佳)			11:00
12:00	12:15~12:45 ラディカルパワー	12:15~12:35 寝るだけスツキリ		12:00
13:00	13:15~14:00 グループセンチジー 中田		13:15~14:00 アクアビクス45 田中	13:00
14:00	14:30~15:15 カンフー体操 竹之内			14:00
15:00	15:45~16:30 ZUMBA 泉	15:30~15:50 フローイン		15:00
16:00				16:00
17:00	17:00~17:45 グループファイト			17:00
18:00				18:00

5/4(火)の営業時間は10:00~19:00となり、トレーニング終了時間は18:30となります。

- ・デイトム会員の利用時間は10:00~18:00となり、トレーニング終了時間は17:30となります。
- ・フィットネススタジオはすべてのプログラム30名の定員となっております。
- ・プールのご利用は18:00までとなっております。