




プログラムスケジュール

11月3日(水) 文化の日

	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 ローインパクト45 大島			11:00
12:00	 12:15~13:00 ハタヨーガ 實藤	 12:30~12:50 フローイン		12:00
13:00	13:30~14:15 グループファイト			13:00
14:00				14:00
15:00	 14:45~15:15 ラディカルパワー	 15:30~15:50 寝るだけスツキリ		15:00
16:00	15:45~16:30 エンジョイステップ 本村(薫)			16:00
17:00	17:00~17:45 ZUMBA 泉			17:00
18:00				18:00

11/3(水)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35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。