


祝日プログラムスケジュール

9月23日（金）～秋分の日～

	スタジオ	フィールドスタジオ	プール		
10:00				<div style="border: 2px solid red; padding: 10px;"> <p>INFORMATION ①</p> <p>★祝日限定同伴特別体験★</p> <p>通常3,300円（税込み）での同伴体験を9月23日は1名様まで無料で体験ができます！</p> <p>ご家族・お友達で運動を始めたい方、運動を勧めたい方、健康になってもらいたい方がいましたら是非、この機会にご利用ください！</p> <p>体験に関しては会員様同様マスク着用でのご利用をお願いいたします。</p> <p style="text-align: right;"></p> </div>	10:00
			アクアダンベル 近石 10:30～11:00		
11:00	ビジョンストレッチ 岡田 11:00～11:30				11:00
	AB Master 義田 11:40～12:00				
12:00	姿勢美人ヨーガ 稲薨 12:15～13:00				12:00
13:00	M fight 前田 13:15～14:00				13:00
14:00	M CENTERGY 倉田 14:15～14:45				14:00
15:00	ZUMBA FITNESS 松本 15:00～15:45			15:00	
16:00	リフレッシュヨーガ 唐渡 16:00～16:45			16:00	
17:00				17:00	
18:00				18:00	
19:00				19:00	
	20:00閉館（トレーニング終了時間19:30）				

表記内容

プログラム名
担当者
開始時間

INFORMATION ②



スタジオ35名、プール30名の定員制となります。スタジオプログラムについてはWEBで予約受付が可能となっております。またプログラム参加時は必ず**マスク**を着用の上ご参加をお願いいたします。