

プログラムスケジュール 9月

時間	月			火			水			金			土			日		
	ワークアウトスタジオ	クロスワークアウトスタジオ	プール	ワークアウトスタジオ	クロスワークアウトスタジオ	プール	ワークアウトスタジオ	クロスワークアウトスタジオ	プール	ワークアウトスタジオ	クロスワークアウトスタジオ	プール	ワークアウトスタジオ	クロスワークアウトスタジオ	プール	ワークアウトスタジオ	クロスワークアウトスタジオ	プール
9:00																		
9:45~10:30	ピラティス 川村																	
10:00																		
10:45~11:30	ローインパクト 岸田																	
11:00																		
11:45~12:15	ウェーブリング 岸田 定員・20名																	
12:00																		
12:30~13:15	かんたんダンスエアロ 高橋(由)																	
13:00																		
13:30~14:15	やさしいヨガ MAKO *																	
14:00																		
14:30~15:15	ZUMBA KANAKO																	
15:00																		
15:30~16:00	全身ストレッチ スタッフ																	
16:00																		
16:15~17:15	バレエスクール 高橋(由) ¥																	
17:00																		
17:40~18:10																		
18:00																		
18:15~18:45																		
19:00																		
19:30~20:00	U-BOUND 清水																	
20:00																		
20:30~21:00	ポテチヨガ 生田																	
21:00																		
21:15~21:45	BODY MASTER スタッフ																	
22:00																		
23:00~セルフ営業			23:00~セルフ営業			23:00 閉館			23:00~セルフ営業			23:00~セルフ営業			23:00~セルフ営業			

20:00~セルフ営業

ワークアウトスタジオ **40名**

クロスワークアウトスタジオ **25名**

プール **30名**

INFORMATION

左のマークについているプログラム参加の際は、WEB予約システムもご利用いただけます。WEB予約をご利用にならない方はプログラム開始30分前からジムカウンターにて先着順での参加受付となります。*

*マークのついていないプログラムは開始10分前に記入して入場可能です。

※WEB予約システムのご利用はPC・スマートフォンからのご利用となります。

※★マークについて ヨガの強度の表記です。

予約用QRコード