



2024年 レフコ de ゴールデンウィーク

4月29日(月) 昭和の日

5月3日(金) 憲法記念日

5月4日(土) みどりの日

5月6日(月) 振替休日

レフコからのお知らせ

フィットネススタジオ		フィットネススタジオ		フィットネススタジオ		フィットネススタジオ	
10:00		10:00		10:00		10:00	
11:00	ハタヨガ 11:00~11:45 アサエ	11:00		11:00		11:00	
12:00	Hip Master 12:00~12:30 弘田	12:00	MEGADANZ 11:30~12:15 佐藤 えり	12:00	ハタヨガ 11:45~12:30 園田 美由紀	12:00	フローヨガ 11:30~12:15 アサエ
13:00	はじめてステップ 12:45~13:30 後藤 智恵子	13:00	12:30~13:15 ハタヨガ 佐藤 えり	13:00	かんたんエアロ 12:45~13:30 後藤 智恵子	13:00	POWER MASTER 12:30~13:00 弘田
14:00	ピラティス 13:45~14:30 篠崎 万彩乃	14:00	かんたんステップ 13:30~14:15 篠崎 万彩乃	14:00	ZUMBA 13:45~14:30 中島 紀子	14:00	CENTERGY 13:15~14:15 YOHEI
15:00	ハイ&ロー 14:45~15:30 三重野 和幸	15:00	Body Master 14:30~15:00 弘田	15:00	リラックスヨガ 14:45~15:30 仲島 里佳	15:00	ローインバクト 14:30~15:15 篠崎 万彩乃
16:00	LES MILLS BODYPUMP 16:00~16:45	16:00	GROUP fight 15:15~16:15 YOHEI	16:00		16:00	LES MILLS BODYPUMP 16:00~16:45
17:00	LES MILLS SH'BAM 16:50~17:35	17:00	LES MILLS BODYBALANCE 16:45~17:30	17:00	LES MILLS BODYPUMP 16:45~17:30	17:00	LES MILLS SH'BAM 16:50~17:35
18:00		18:00		18:00		18:00	

今回、ゴールデンウィーク
ということで...
普段行っていないプログラムを
ご用意いたしました！

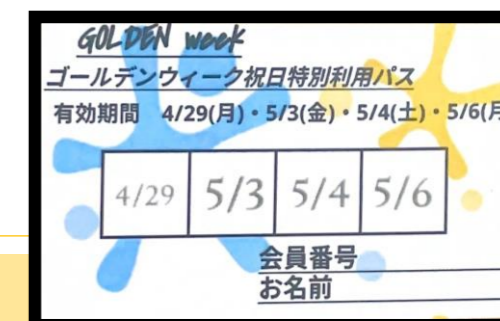
ゴールデンウィーク祝日特別利用パス

対象：デイトタイム会員・アクティブ会員・ナイト会員

通常、時間外手数料が1日1,650円(税込)のところ...
ゴールデンウィークに限り、

2,200円(税込) (4日分)で
ご利用可能です！

※対象会員の方はゴールデンウィーク祝日特別利用パス
1枚(4日分)の購入が必要です。
1日だけの利用の場合も1枚の購入が必要となります。
※再発行はできません。再度購入していただきます。
※5/5(日)は通常通りの日曜日営業のため、
ゴールデンウィーク祝日利用パスを購入していても、
ご利用いただけません。



4/29(月)・5/3(金)・5/4(土)・5/6(月)は祝日の営業時間となります。

※5/5(日)は通常の日曜日の営業です。

トレーニングエリア終了時刻は18:30/プール終了時刻は18:00となります。

