

7月17日(月) 海の日スケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
10:00			夏のイベントプログラ	10:00
11:00	11:00~11:45 M GROUP CENTERGY ARISA (40) 予約		11:00~11:30 バタフライのための 「ドルフィンキック」 夏のイベントプログラ	11:00
12:00	12:15~13:00 UBOUND RADICAL FITNESS 政田 (40) 予約		11:45~12:45 バタフライ初級	12:00
13:00	13:30~14:15 背骨コンディショニング 高嶋 (40) 予約	13:30~14:00 BODY MASTER (20) 予約	夏のイベントプログラム ①バタフライの為の 「ドルフィンキック」 ②バタフライ初級 呼吸なしのバタフラ イまで行います。	13:00
14:00	14:45~15:30 M GROUP fight ARISA (48) 予約			デイトタイム会員・ナイト会員の方 イベントプログラムに参加ご希望 の方は、 時間外利用料550円 に てレッスン受講いただけます(レス スン+お風呂利用)。
15:00	16:00~16:45 POWER RADICAL FITNESS 矢崎 (40) 予約	●プログラム参加について● 当日の スタジオプログラム の予約はすべてWEB予約となっ ております。予約を取られていない方は当日30分前にラウンジ にある札をお取りください。 レッスンの定員数以上の申し込みがあった場合は、 WEB予約をされている方以外の方で抽選とさせていただきます。 マスクの着用は個人の判断にお任せしております。		15:00
16:00				16:00
17:00				17:00
18:00				18:00

6/17(月)の営業時間は10:00~19:00、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。

レッスン枠にある ④④ ④⑧ はそれぞれの定員数となります。



フィットネスクラブレフコ