







🍰 9月19日（月）敬老の日 🍰

	ワークアウトスタジオ	フィールドスタジオ	プール
10:00			9/19(月) 敬老の日 レフコ23周年イベント 会員様と同伴でビジター利用 550円（税込） デイトム、ナイト会員様も ビジター同伴で550円でご利用いただけます。
11:00	11:00~11:45 ハタヨガ Chiharu		
12:00	 12:00~12:45 REE JAM 佐藤(有)		
13:00	13:00~13:45  古谷		 13:00~14:00 クロール&背泳ぎマスター 吉岡
14:00	14:00~15:00  吉川		 thank you
15:00	15:15~16:00  野村		
16:00	16:15~17:00 オリジナルエアロ 山家		
17:00	↓ ↓ WEB予約はこちらから		
18:00			
	【ワークアウトスタジオ】 定員：50名 【フィールドスタジオ】 定員：35名 ●予約およびキャンセルはレッスン開始1時間前までです。 ●当日予約はレッスン開始30分前に空いている番号をご案内いたします。		

★19:30 トレーニング終了(プールのご利用は19:00まで) ★20:00 閉館

【時間外手数料】 デイトム会員・ナイト会員の方は¥1,650-(税込)でご利用いただけます。同伴者と一緒にご利用で時間外利用料¥550-(税込)でご利用いただけます。

🍁9月23日（金）秋分の日🍁

	ワークアウトスタジオ	フィールドスタジオ	プール
10:00			9/23(金) 秋分の日 レフコ23周年イベント 会員様と同伴でビジター利用 550円(税込) デイトム、ナイト会員様も ビジター同伴で550円でご利用 いただけます。
11:00	11:00~11:45 ハタヨガ 野志谷		
12:00	 12:00~13:00 K-POPダンス 山田 翼		
13:00	13:15~14:00  吉川		 13:00~14:00 マスターズ水泳 吉岡
14:00	14:15~14:45  吉		
15:00	 15:00~16:00  谷&池田		
16:00	16:15~17:00  佐藤		
17:00	➡ K-POPダンス 普段の山田翼インストラクターのディスコダンスとはまた違ったジャンルのダンスレッスンをお楽しみいただけます。【BTS:Dynamite】の振り付けをコピーダンスにチャレンジ！ 祝日限定!参加必至！！		
18:00	➡グループセンタジー(ジョイント) 谷インストラクターと池田インストラクターのジョイントセンタジーです！ 祝日限定の60分センタジーをぜひお楽しみください！！		

★19:30 トレーニング終了(プールのご利用は19:00まで) ★20:00 閉館

【時間外手数料】デイトム会員・ナイト会員の方は¥1,650-(税込)でご利用いただけます。同伴者と一緒にご利用で時間外利用料¥550-(税込)でご利用いただけます。