

祝日営業のお知らせ

平成30年4月30日(月・祝)

- ◆営業時間
9:30~18:00
- ◆ジム利用時間
9:30~17:30
- ◆プール利用時間
12:30~17:30
- ◆スタジオプログラム(変更あり)

ルーシーダットン	9:45~10:30	乾
ウォーキングエアロ60	10:40~11:40	中川
ローエアロ45	11:50~12:35	中川
ZUMBA	12:45~13:30	松岡
ウォーターエアロピクス	13:15~14:00	北条
ステップ45	13:40~14:25	谷尾

祝日営業のお知らせ

平成30年5月4日(金・祝)

- ◆営業時間
9:30~18:00
- ◆ジム利用時間
9:30~17:30
- ◆プール利用時間
12:30~17:30
- ◆スタジオプログラム(変更あり)

ルーシーダットン	9:45~10:15	MAO
イージーエアロ45	10:25~11:10	椎木
健美操	11:20~12:20	木ノ下
ストレッチヨーガ	12:30~13:15	木ノ下
アクアピクス	12:30~13:00	椎木
はじめてのベリーダンス	13:25~14:10	臼井
ローエアロ60	14:20~15:20	山本

祝日営業のお知らせ

平成30年5月5日(土・祝)

- ◆営業時間
9:30~18:00
- ◆ジム利用時間
9:30~17:30
- ◆プール利用時間
12:30~17:30
- ◆スタジオプログラム(変更あり)

骨盤ストレッチ	9:45~10:30	川谷
コリオMIX	10:40~11:40	AI
サーキットエアロ60	11:50~12:50	北条
ZUMBA	13:00~13:45	河野