

祝日営業のお知らせ

2022年4月29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)

ヨガ	9:45~10:15	日下部
イージーエア口45	10:25~11:10	椛木
青竹エクササイズ	11:20~12:05	木ノ下
ストレッチヨガ	12:15~13:15	木ノ下
アクアビクス	12:30~13:00	竹内
はじめてのベリーダンス	13:25~14:10	臼井
ローエア口60	14:20~15:20	山本

祝日営業のお知らせ

2022年5月3日(火・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)

ヨガ	9:45~10:15	大月
ウォーキングエア口45	10:25~11:10	大月
骨盤ストレッチ	11:20~12:20	木ノ下
サルセッション	12:30~13:30	河野
ピラティス	13:40~14:25	中川
サーキットエア口60	14:35~15:35	中川

祝日営業のお知らせ

2022年5月4日(水・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)

ボディコンディショニング	9:45~10:15	椛木
ローエア口45	10:25~11:10	椛木
ZUMBA	11:20~12:05	平岡
ステップ45	12:15~13:00	北条
ヨガ	13:20~14:20	大野