

周年祭特別プログラム

4/29(月)

A スタジオ	B スタジオ	プール	
10:30(40)	周年祭記念セール		
ヨガ40 高尾			
11:30(30)			
エアロ30 高尾			
12:30(45)			
REEJAM 順菜			
13:45(45)		13:45(30)	
ボディ コンバット45 森田		アクアダンス30 赤塚	
14:45(45)			
骨盤ヨガ45 赤塚			
15:45(45)			
エアロ45 伊奈			

4/30(火)

A スタジオ	B スタジオ	プール	
9:30(20)	周年祭記念セール		
ストレッチ			
10:15(40)		10:15(30)	
はじめてエアロ 高尾		水中歩行 平野	
11:15(45)			
ヨガ 高尾			
13:00(30)			
エアロ30 梅田			
13:50(30)			
はじめてエアロ 森田		14:00(30)	
14:40(45)		アクアダンス 梅田	
ヨガ45 白井			
19:30(45)			
ボディ パンプ45 佐藤			
20:30(45)			
リラックスヨガ YUMI			

5/1(水)

A スタジオ	B スタジオ	プール	
9:30(20)	周年祭記念セール		
ストレッチポール			
10:15(45)		10:30(30)	
ZUMBA45 伊奈		はじめてクロール 平野	
11:15(45)		11:30(30)	
リラックスヨガ NORA		アクアダンス 伊奈	
12:20(40)			
エアロ40 曾我			
13:20(30)			
フィットネスフラ 高尾			
14:10(45)			
ピラティス 高尾			
19:15(45)			
ボディ コンバット45 森田			
20:15(45)			
ZUMBA45 小林			
21:15(45)			
暗闇ボクシング 小林			

5/2(木)

A スタジオ	B スタジオ	プール	
9:30(20)	周年祭記念セール		
ストレッチポール			
10:10(40)		10:30(30)	
簡単筋トレ 大林・平野		はじめてクロール 平野	
11:25(40)		11:30(30)	
ポールリリース 梅田		アクアダンス 伊奈	
12:20(40)			
ヨガ40 平松			
13:15(30)			
はじめエアロ30 平松		12:45(30)	
14:00(45)		水中ボール& ダンス 梅田	
ZUMBA45 梅田			
15:00(45)			
ヨガ45 HITOMI			
19:10(30)			
ボディ パンプ30 佐藤			
20:00(40)			
エアロ40 赤塚			
21:00(45)			
ヨガ45 赤塚			

5/6(月)

A スタジオ	B スタジオ	プール	
10:30(30)	周年祭記念セール		
ヨガ30 加藤		11:05(20)	
11:20(40)		ちよこっと腹筋 大林	
エアロ40 加藤		11:40(20)	
12:15(30)		ちよこっと脚トレ 大林	
エアロ30 大林			
13:45(30)		13:45(30)	13:45(30)
ボディ コンバット30 森田		背骨コンディショニング (筋トレ) 石神	アクアダンス30 赤塚
14:35(45)		14:35(30)	
ZUMBA45 伊奈		背骨コンディショニング (矯正) 石神	
15:35(45)			
ピラティス 伊奈			



営業時間

4/29(月) 10:00~19:00
 4/30(火) 9:00~22:30
 5/1(水) 9:00~22:30
 5/2(木) 9:00~22:30
 5/3(金)~5/5(日) 休館日
 5/6(月) 10:00~19:00
 4/29(月)5/6(月)は
 全会員種様・全営業時間
 ご利用いただけます。

CLOSE 21:00