


2024年4月29日(月・祝) 昭和の日

Time schedule

	studio A	studio B	Pool	Information
8:00				<p>Wow!HIP LESMILLS Shapes</p> <p>UNG jump LESMILLS BODYATTACK</p> <p>ジム&サウナスパ会員 参加可能！！ 無料イベント！！</p> <p>★無料event★ [お申込み・本登録期間] 4月8日(月)10:00～ 4月28日(日)19:00まで ※予約後、4F受付にて本登録を 上記日程までをお願いします。</p> <p>[参加費] 各レッスン→無料 [定員] WOW!HIP・UNG jump →40名 LesMills SHAPES→27名 BODYATTACK→50名 ※受講場所は当日レッスン 10分前に抽選で決めます。</p> <p>[申込方法] Webサービスより</p> <p>※イベントレッスン以外は 4月7日(日)17:00より WEBサービスにて順次予約開 始となります。 予めご了承ください。</p> <p> 黄色の枠は イベントレッスンとなります。</p>
8:30				
9:00				
9:30		女性限定		
10:00	9:50～10:35 24式太極拳 大久保朋美	9:40～10:25 HOTYOGA骨盤調整 ユキ	10:00～10:45 アクア45 吉田賢一	
10:30				
11:00	10:50～11:35 ステップライト45 YASUCO	10:45～11:30 HOTYOGAピギナー ユキ		
11:30				
12:00	11:55～12:40 RITMOS YASUCO	11:50～12:35 HOT ZENSEE (陽) MIHO	12:00～12:30 フィンスイム アドバンス	
12:30				
13:00	無料EVENT 13:00～13:45 Wow!HIP NACO×MINORI	12:55～13:25 Warmストレッチ 乾		
13:30				
14:00	無料EVENT 14:05～14:50 UNG jump NACO×山下	13:45～14:30 ベリーダンス TOMOMI		
14:30				
15:00		14:50～15:35 美軸ライン ストレッチ TOMOMI		
15:30	15:10～16:10 けいらくストレッチ 中村勝美		15:15～16:15 ジュニアスイミング 短期教室	
16:00		無料EVENT		
16:30	16:30～17:15 BOUND. 大久保	16:30～17:15 LES MILLS Shapes 家城	16:30～17:30 ジュニアスイミング 短期教室	
17:00				
17:30	無料EVENT 17:35～18:35 LES MILLS BODYATTACK +TEC15 家城			
18:00				
18:30				
19:00				
19:30	<p>営業時間 8:00～20:00(各種手続きは19:00まで) ※デイトタイム会員様は時間外利用料¥1,100がかかります ※有料イベント以外のレッスンは通常のWEB予約システムにて ご予約をお願いいたします。</p>			
20:00				