

ホリデー営業 プログラムスケジュール

| 1/10 (月) - 成人の日 - | | | |
|-----------------------|---|---|-------|
| | スタジオ | プール | |
| 10:00 | | | 10:00 |
| 11:00 | | 11:00 ~ 11:40 アクアビクス 太田 | 11:00 |
| | 11:30 ~ 12:15 MEGADANZ RADICAL FITNESS 山本 | | |
| 12:00 | | 12:00 ~ 12:45 バタフライに挑戦 (クロール初級の方) 鍛治 | 12:00 |
| 13:00 | 13:00 ~ 13:45 LES MILLS BODY PUMP 新井 | | 13:00 |
| 14:00 | 14:00 ~ 15:00 LES MILLS BODY ATTACK × LES MILLS BODY COMBAT 杉山 × 新井 | | 14:00 |
| 15:00 | | 15:00 ~ 16:00 スイム1000~1200 (60分で1000~1200m泳げる方) 鍛治 | 15:00 |
| | 15:30 ~ 16:30 ヨガ 秋山 | | |
| 16:00 | | | 16:00 |
| 17:00 | | | 17:00 |
| 18:00 | | | 18:00 |
| 18:45 利用終了 ⇒ 19:00 閉館 | | | |

予約するのに2ポイントが
必要です。