


2017年5月3日(水) GW特別スケジュール!!!


	スタジオ1	スタジオ2	プール	
10:30				10:30
11:00	11:00~12:00 インテグラルヨガ もみい			11:00
		12:15~12:35 TRXサーキット	11:15~12:00 はじめての 四泳法	
12:00		畑中	磯部	12:00
	12:15~12:45 はじめてエアロ 古賀			
13:00	13:00~13:30 はじめてステップ 畑中		13:00~13:45 クロール (初級) 青野	13:00
14:00				14:00
		<b>NEW!</b> 14:30~14:50 SAQトレーニング 磯部		
15:00	15:00~15:45 ボディバランス 45 古賀&畑中			15:00
16:00	16:00~17:00 ボディコンバット 60 磯部&青野			16:00
17:00				17:00
18:00				18:00

敏捷性/瞬発力を高め  
身体の機能アップを  
目指します!!



施設(ジム・プール・お風呂)利用は18:45まで

7日間連続フリーパス  
4/21(金)~5/10(水)迄  
¥3,240(税込)



2017年5月5日(金) GW特別スケジュール!!!

	スタジオ1	スタジオ2	プール	
10:30				10:30
11:00	11:00~12:00 フラダンス 今浪	11:00~11:30 はじめてエアロ  畑中		11:00
12:00	12:15~12:45 はじめてステップ  古賀		12:15~13:00 アクアビート 磯部&畑中	12:00
13:00	13:10~14:10 デトックスヨガ 小路		13:30~15:00 ビデオ撮影会 (撮影・1ポイント解説) ※要予約制	13:00
14:00	14:25~15:25 社交ダンス 高橋	14:30~14:50 TRXサーキット 古賀		14:00
15:00			青野	15:00
16:00	16:00~17:30 ランニングクラブ (外ラン!!!) ※フロントにて要予約制			16:00
17:00	磯部&堤			17:00
18:00				18:00

施設(ジム・プール・お風呂)利用は18:45まで

1ヶ月フリーパス

5/1(月)から5/31(水)迄

¥12,960 →→→→ ¥10,800(税込)

¥2,000 OFF  
COUPON

