2024年

9月 特別レッスンスケジュール

16日(月・祝)敬老の日

	スタジオ1	ジム	プール
10:30	10:30～10:50 モーニングレッスン 遠部		
11:00	11:15～12:00 シェイプエアロ 初中級 山北	2F 11:15～11:35 筋トレ教室 遠部	11:15～11:45 ファイティングアクア 磯部
12:00	12:15～12:45 はじめてステップ 山北 限定	2F 12:00～12:20 フォームローラー 遠部	12:00～12:30 クロール 初中級 磯部
13:00	13:15～14:15 エアロ 中級 上田 限定	2F 13:30～13:50 コアトレ 田村	
14:00	14:30～15:30 ZUMBA 瀧 TICKET	2F 15:40～16:00 ストレッチ 磯部	
15:00			
16:00			
17:00			

整理券は、13:10～配布いたします

23日(月・祝)振替－秋分の日－

	スタジオ1	ジム	プール
10:30	10:30～10:50 モーニングレッスン 遠部		
11:00	11:15～12:00 シェイプエアロ 初中級 山北	2F 11:15～11:35 筋トレ教室 遠部	11:15～11:45 アクアビート やなぎ
12:00	12:15～12:45 はじめてステップ 山北	2F 12:00～12:20 フォームローラー 遠部	12:00～12:30 クロール 初中級 やなぎ
13:00	13:30～14:00 トライジャンプ30 やなぎ	2F 12:55～13:15 コアトレ 遠部	
14:00	14:15～15:00 ボディメイキング やなぎ	2F 15:10～15:30 ストレッチ 田村	
15:00			
16:00			
17:00			

HP 最新情報

10:00～19:00（ジム・プール・風呂18:45まで）

◆体験プランのご案内◆

●7回体験（30日間）→ ¥3,500税込！！

※申込日より30日間でお好きな7回を体験できます
※お一人様1回限り
※キャッシュバックはありません

●1日体験 2，200円→ ¥1,100税込！！

※LINEクーポンが必要になります。
※お一人様1回限り
※2回目以降2，200円税込

【営業時間】

平　日　10：00～23：00
土　曜　10：00～21：00
日／祝日　10：00～19：00
木　曜　メンテナンス日（休館日）

住 所/北九州市若松区二島2丁目2－14
TEL／（093）791－3370