

2024年



# 特別 レッスンスケジュール



4日(月・祝)振替 - 文化の日 -			23日(土・祝) 勤労感謝の日		
スタジオ1	ジム	プール	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			10:30~10:50 モーニングレッスン		
11:00 遠部	2F		田村 11:05~11:50		アスレチックエリア で行います♪
11:15~12:00 シェイプエアロ 初中級	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	YOGA		11:20~11:40 ウォーターシェイプ 田村
12:00 山北	11:45~12:05 フォームローラー 遠部		大野		
12:15~12:45 はじめてステップ 山北			12:15~13:00 ZUMBA	2F	
13:00 13:15~14:00 ボディコンバット 45	整理券は、 12:10~ 配布いたします		井上 13:15~14:00 ストロング ネーション	12:30~12:50 筋トレ教室 田村	
14:00 磯部	TICKET		井上	2F	
14:15~15:00 ボディ メイキング				14:10~14:30 ストレッチ 遠部	
15:00 磯部					
16:00					
17:00					



10:00~19:00 (ジム・プール・風呂18:45まで)

## ◆体験プランのご案内◆

●5回体験(14日間) → **¥3,000** 税込!!

- ※申込日より14日間でお好きな5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