

2017年 お盆・短縮タイムテーブル

8/11 (金・山の日) 9:30~18:00		8/14 (月・短縮) 9:30~18:00		8/15 (火・短縮) 9:30~18:00	
9:30					9:30
10:00	めざましストレッチ 10:00~10:30	めざましストレッチ 10:00~10:30		めざましストレッチ 10:00~10:30	10:00
10:30					10:30
11:00	センタジー 河上 10:45~11:45	ステップ&シェイプ 岩橋 10:45~11:30		肩こり・腰痛改善 エクササイズ 前田 10:45~11:30	11:00
11:30					11:30
12:00					12:00
12:30					12:30
13:00					13:00
13:30	ファイドウ 岩橋 13:00~13:45	ステップレギュラー 津田 13:00~13:45		グルーヴ 川口 13:00~13:45	13:30
14:00					14:00
14:30	ひめトレ体験会 要予約・有料 14:15~15:00	かんたんエアロ 松村 14:15~15:00		エンジョイエアロ 三村 14:15~15:00	14:30
15:00	詳細はチラシにて				15:00
15:30	ユーバウンド 岩橋 15:30~16:00	センタジー 松村 15:15~16:00		カラダメンテ 三村 15:30~16:00	15:30
16:00	定員25名				16:00

- 定員制のプログラムは予約が必要です。プログラム開始30分前より受付を開始します。
- 都合によりプログラム時間・担当者等変更する場合がございます。
- デイ会員のお客様は17時チェックアウトです。

【プールエリア】

- 8月11日(金)は通常どおり(短縮)
- 8月14日(月)・15日(火)は終日フリータイム利用可能です。