

2017年7月17日(月) 夏イベントタイムスケジュール

	スタジオ	トレーニングルーム	プール	フロント前	大広間	自販機コーナー
9:00						
	ストレッチ & シンプリエアロ 9:30~10:30 原		少人数レッスン① 9:30~10:00 都度利用料+レッスン料込1,500円(税込)	事前受付 ※詳細別紙参照		山本屋 和菓子販売 10:00~17:00
10:00	スタジオ都度利用料1,000円 (税込) 定員45名	かんたん体力測定 & 握力勝負 10:00~11:00 都度利用料500円(税込) 定員30名		事前受付 ※詳細別紙参照		
	太極拳 10:45~11:45 早川		少人数レッスン② 10:15~10:45 都度利用料+レッスン料込1,500円(税込)		フラダンス発表会 10:30~11:30 無料	
11:00	スタジオ都度利用料1,000円 (税込) 定員40名			しおり作り 11:00~12:00 無料		
			記録会 11:15~12:45 都度利用料500円(税込)	事前受付 ※詳細別紙参照		
12:00	ポールストレッチ & シンプリヨガ 12:00~13:00 恩田&矢田部 スタジオ都度利用料1,000円 (税込) 定員28名					
13:00					貯筋運動&5分ヨガ 13:00~13:35 無料 定員15名	
	バレトン 13:15~14:15 永島 スタジオ都度利用料1,000円 (税込) 定員40名		アクアスペシャル① 13:15~13:45 都度利用料+レッスン料込1,500円(税込)			
14:00			アクアスペシャル② 14:00~14:30 都度利用料+レッスン料込1,500円(税込)		缶つま競争 14:00~14:30 無料	
	(整)ズンバスペシャル 14:30~15:30 小林(美)&織田 スタジオ都度利用料1,000円 (税込) 定員45名					
15:00			フォーム撮影① 15:00~15:45 都度利用料500円(税込)	事前受付 ※詳細別紙参照		エントランス前
	(整)ワークアウトエアロ & ストレッチ 15:45~16:45 永島&織田 スタジオ都度利用料1,000円 (税込) 定員45名	握力勝負 15:30~16:30 都度利用料500円(税込) 定員30名				合人社出店 ところてん 限定400食 (無料)
16:00						
17:00	体力測定 17:00~18:00 都度利用料500円(税込) 定員20名					
18:00	(整)ボディコンバット スペシャル 18:15~19:15 時津&佐藤&田原 スタジオ都度利用料1,000円 (税込) 定員45名					
19:00		事前受付 ※詳細別紙参照	フォーム撮影② 19:00~19:45 都度利用料500円(税込)			
20:00						

シールラリー
10:00~18:00
館内6ヵ所に隠されたシールを探せ!
先着40名
※詳細別紙参照

フール
少人数レッスン・フォーム撮影は
事前にくじ引きを行ないます。
6/19(月)フールサイドにて受付開始

デイ登録の方も当日は終日ご利用できます。

イベントにより当日は特別スケジュールとなります。

※休講案内

スタジオ:ポールストレッチ(無料)/健康体操サーキット

プール:全レッスン休講、上記スケジュールをご確認ください。