

2026年4月29日(水)  
昭和の日

	プール	プールビュースタジオ	
	<b>3/25改訂版</b>		
10:00			10:00
11:00	チャレンジアキア <b>NAGISA</b> 10:30~11:15		11:00
12:00		ファイトウ45 <b>NAGISA</b> 11:45~12:30	12:00
13:00	<b>パーソナルルーム で実施</b> 11:55~12:40 背骨調律エクササイズ 田島里佳	ユーハウト <b>NAGISA</b> 12:45~13:30	13:00
14:00		リモ <b>柴田朱美</b> 13:45~14:45	14:00
15:00		Spine Care&Breath <b>柴田朱美</b> 15:00~16:00	15:00
16:00			16:00
17:00			17:00
18:00			18:00
19:00			19:00
20:00			20:00

◆祝日の営業時間は9:00~20:00となります。  
 ◆レッス参加は、会員区分に関係なくご参加いただけます。  
 ◆レッスンのご予約は、3月25日(火)8:00~予約専用サイトにて  
 予約開始となります。

550

1,100円

フロント申込