

2026年8月11日(火)

山の日

7/25改訂版

	プール	プールビュースタジオ	
10:00	定員19名	ダブルステップ 【1,100円】 9:30~10:20 木原啓貴	10:00
	プールを中心としたスイム 10:15~10:45 AYUMI		
11:00	フィンスイム 10:50~11:20 AYUMI	ITA&シェイプ 10:35~11:15 木原啓貴	11:00
12:00		カーディオダンス 11:30~12:20 木原啓貴	12:00
13:00		ファンクショナルストレッチ 12:35~13:15 NAGISA	13:00
14:00		ファイト`ウ45 13:30~14:15 NAGISA	14:00
15:00		ユーバウト`45 14:30~15:15 NAGISA	15:00
16:00	プライベート 15:20~15:50 AYUMI		16:00
	プライベート 15:55~16:25 AYUMI		
17:00			17:00
18:00		MAMBO FIT60 17:30~18:30 マリケレス	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。
- ◆レッスンは、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、予約専用サイトにてお申込みいただけます

550円

1,100円

フロント申込み