

2026年9月21日(月)敬老の日

	プール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	アリーナ	
10:00			気功法 (易筋経) 劉嘉 9:30～10:30		10:00
	ベージュアカ 町田裕美子 10:15～10:45	バドトレニング 齋藤圭輔 11:10～11:40			
11:00		みんなで筋トレ 齋藤圭輔 11:50～11:20	陳式太極拳 (中級) 劉嘉 10:40～11:40		11:00
12:00					12:00
				卓球 12:00～13:00	
			太極拳ライブ！ 劉嘉 12:35～13:05		
13:00			太極拳ライブ！ 劉嘉 13:10～13:40		13:00
14:00					14:00
			太極拳ライブ！ 劉嘉 14:15～14:45		
			太極拳ライブ！ 劉嘉 14:50～15:20		15:00
15:00			太極拳ライブ！ 劉嘉 15:25～15:55		
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。					
	550	1,100円	フロント申込み		

2026年9月22日(火)国民の休日

	プール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	アリーナ	
10:00					10:00
					11:00
12:00					12:00
13:00					13:00
		外モ 柴田朱美 13:20～14:20			14:00
		すっきりヨガ 柴田朱美 14:30～15:30			15:00
					16:00
					17:00
					18:00
					19:00
					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。					
	550	1,100円	フロント申込み		

2026年9月23日(水)秋分の日

	プール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	アリーナ	
10:00					10:00
		ポリナヨガ 柴田朱美 10:15～11:15	太極拳(初級) 田震 10:30～11:30		11:00
		ベージュPlus 柴田朱美 11:30～12:15	太極拳(上級) 田震 11:40～12:40		12:00
					13:00
					14:00
					15:00
					16:00
					17:00
					18:00
					19:00
					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。					
	550	1,100円	フロント申込み		