



# 9月23日(月祝) 祝日プログラム



デイトム会員・ナイト会員の方はご利用できません。  
ご利用の際は施設利用料2,200円(税込)又は、施設利用チケットが必要です。

《営業時間》9:00~20:00

《最終チェックイン・運動施設利用終了》19:30 《浴室利用終了》19:45

時間	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	時間
10:00			10:20~10:35 Aichi	10:00
11:00		10:30~11:15 ★★★ RADICAL VIRTUAL MEGADANZ	10:45~11:30 アクアケア 細川	11:00
12:00	★ 11:45~12:15 TAC体操 永井	12:00~12:45 初級ステップ AYAKA	★ 11:50~12:10 入門クラス 八嶋	12:00
13:00	★★★ 12:30~13:15 ボクササイズサーキット 永井	★ 13:00~13:45 KaQiLa~カキラ~ AYAKA	★ 12:30~13:15 初級4泳法 八嶋	13:00
14:00		★ 14:00~14:45 バレエエクササイズ 谷上	14:15~15:00 上級4泳法 八嶋	14:00
15:00		15:00~15:45 BALLETO MANIA (有料) 谷上	★★★	15:00
16:00	★ 15:15~16:00 健康体操 福原		15:30~18:30 スイミングスクール	16:00
17:00		★★★ 16:15~17:00 RADICAL POWER45 福原		17:00
18:00		★ 17:15~18:00 初級ステップ 福原		18:00

★…レッスン強度 ◎…器具を使用します (抽)…レッスン開始25分前に抽選を行います

【定員】 (Aスタジオ) 30名 (Bスタジオ) 56名 (プール) 1コースあたり25名

※器具使用レッスンは器具の個数により定員が異なります。