

祝日営業特別プログラム

2017年 5月3日(水) 憲法記念の日 祝日営業スケジュール

	スタジオ	アリーナ	プール	ジム		
10:00					10:00	
10:30	ヨガ45 杉本 	中級エアロ 長谷川			10:30	
11:00	10:15~11:00	10:15~11:00			11:00	
11:30	momチャレンジダイエット45 あやみ 	初級エアロ 長谷川 			11:30	
12:00	11:15~12:00	11:15~12:00			12:00	
12:30	バランスコーディネーション60 長谷川 	ズンバ 星 			12:30	
13:00	12:15~13:15	12:15~13:00			13:00	
13:30		BOKWA 塩澤・あやみ 			フィンスイム30 松野 13:00~13:30	13:30
14:00	リズムダンス 星 	13:15~14:00			★ ボードDEシェイプ スタッフ 	14:00
14:30		BFクラッシュ ゆーすけ 			★ ボードDEシェイプ スタッフ 	14:30
15:00	ボディーセラピー 横田(光) 	14:15~15:00				15:00
15:30		バレーボール スタッフ 		15:30		
16:00	★ コア8フィットネス 戸村 	15:15~16:15		16:00		
16:30				16:30		
17:00	★ BFスタイル たいじゅ 	★ 卓球60 スタッフ 		17:00		
17:30		16:30~17:30		17:30		
18:00		バドミントン60 ★ スタッフ 		おなかシェイプ	18:00	
18:30		17:45~18:45		当日の営業はAM10:00~PM8:00 までとなりますのでお間違いないようにお越しくださいませ\(^o^)/	18:30	
19:00					19:00	
19:30					19:30	

脂肪買取イベント... 2回目の調子はいかがでしょう？
BOKWAやコア8フィットネスにて脂肪を燃やしましょう！
脂肪燃焼効果...大！大！大！