

# 憲法記念日特別プログラム

5月3日(土) 9:00~19:00

※ 5/4(日)は通常プログラムとなります。

深夜早朝ご利用可能時間は19:00~翌9:00までご利用可能です。  
スタジオプログラムのご予約は4/27(日)8:00~となります。

	スタジオ	GYM	プール
10:00	10:00~11:00 「1st year」 SHAPE PUMP ※有料イベント		9:00~18:45 3コース フリーコースとして ご利用いただけます。
10:30		10:45~10:50 お腹シェイプ	
11:00			
11:30	11:30~12:30 「1st year」 FIGHT ATTACK ※有料イベント	11:45~11:50 体幹トレーニング	
12:00			
12:30		12:45~12:50 ボディメイク	
13:00	13:00~13:40 HOTヨガ 西嶋有里		
13:30		13:45~13:50 お腹シェイプ	
14:00	14:00~14:40 パワーライド 野口愛華		
14:30		14:45~14:50 ボディメイク	
15:00	15:00~15:30 リズムライド CSLIVE		
15:30		15:45~15:50 お腹シェイプ	
16:00	16:00~16:30 ボディメイクトレーニング 揖斐		
16:30		16:45~16:50 ボディメイク	
17:00	17:00~17:40 ピラティス CSLIVE		
17:30		17:45~17:50 お腹シェイプ	
18:00			
18:30			
19:00			