



5月3日(金・祝)

憲法記念日

営業時間
9:00~19:00

祝日特別スケジュール

| | インフォメーション | スタジオ | | プール | | |
|-------|---|------------------------------|--------------------------------------|--|---|---------------------|
| | | 1 | 2 | メイン | ラグジュアリー | |
| 9:00 | <p>【スペシャルプログラム】 13:50~リズムライド30 担当:東田&福元 東田IRと福元IRによるコラボ レッスンです!二人と一緒に 盛り上がりましょう!</p>  <p>【熱波イベント】 下記の時間で、ドライサウ ナで熱波を行います! 飲み物を持参の上、お越し ください。</p>  <p>女性ドライサウナ...10:50~11:00 男性ドライサウナ...11:10~11:20 実施後すぐに水分補給ができるよう お飲み物のご準備をお願いいたします。</p> | | | プールエリアのご利用可能時間は 10:00~となります。 | | 9:00 |
| 9:30 | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | 10:00 |
| 10:30 | | | | 10:20 ピラティス 菱谷 | | 10:30 |
| 11:00 | | | L 11:00 ダンスWAVE (CSLive) | | 10:45 アクア ウォーク&ジョグ 東田 | 11:00 |
| 11:30 | | | | 11:30 ラテン ダンス40 MIYUKI | 11:30 フロードシェイプ 菱谷 | 11:30 |
| 12:00 | | | 11:55 ヨガ40 平石 | | <div style="border: 2px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 5月3日 バタフライ </div> | 12:00 |
| 12:30 | | | 12:50 スムーズ& ヒーリング 柱谷 | 12:50 GROUP CORE 平石 | | 12:15 初級水泳 藤井 |
| 13:00 | | | | | 13:00 水士武気 小田 | 13:00 |
| 13:30 | | | | | | 13:30 |
| 14:00 | | 13:50 骨盤エクササイズ 相良 | 13:50 リズムライド30 東田&福元 | | 14:00 | |
| 14:30 | | | | | 14:30 | |
| 15:00 | | 14:45 シンプル エアロ40 小田 | R 14:45 シェイプ パンプ40 (CSLive) | 14:30 上級 スイム トレー ニング 柱谷 | 15:00 | |
| 15:30 | | | | キッズスイミングスクール | 15:30 | |
| 16:00 | | | | | 16:00 | |
| 16:30 | | | | | 16:30 | |
| 17:00 | | チアダンススクール | | | 17:00 | |
| 17:30 | | | 選手コース トレー ニング | | 17:30 | |
| 18:00 | | | | | 18:00 | |
| 18:30 | | | | | 18:30 | |

19:00閉館

デイトム、ナイト、ビジネスナイト、ミッドナイトモーニング会員の方は
1,100円(時間外利用料)でご利用いただけます。