

8月11日(火) 山の日 プログラム

営業時間 10:00～19:00 (施設利用18:45まで)

	スタジオ1	スタジオ2・ジムスモ	プール	スカッシュコートA	スカッシュコートB	
10:00					10:00～10:45	10:00
10:30	10:20～11:00 ヨガ 片山		10:15～11:15 ジュニア スイミング はじめて体験教室 [有料] 1コース使用		フリーコート	10:30
11:00				11:00～12:00 中級者スクール 上野 [有料]	11:00～12:00 ミニバレー IRはつきません	11:00
11:30	11:20～12:00 ZUMBA 宮本		11:15～12:15 ジュニア スイミング はじめて体験教室 [有料] 1コース使用			11:30
12:00				12:00～13:00 初心者スクール 上野 [有料]		12:00
12:30	12:20～13:00 CSLive 【REC】 ファイトアタックBEAT					12:30
13:00				13:00～14:00 中級者スクール 上野 [有料]	12:15～18:45	13:00
13:30	13:30～14:10 コンビネーションエアロ 新井				フリーコート	13:30
14:00						14:00
14:30	14:20～15:00 カラダデトックス 新井		14:30～15:30 目指せマスターズ [有料] 1コース使用	14:15～18:45 フリーコート	ご予約の際は LABoLAIにて ご予約をお取り下さい。	14:30
15:00				ご予約の際は LABoLAIにて ご予約をお取り下さい。		15:00
15:30	15:30～18:30 ジュニア 体育スクール [有料]		15:30～18:30 ジュニアスイミングスクール [有料]			15:30
16:00						16:00
16:30						16:30
17:00			15:30～17:30 1コース使用			17:00
17:30			17:30～18:30 4コース使用 ※歩行コース設定なし	[レンタル代] ・ラケット ¥330(税込) ・アイガード ¥0 ※ボールは購入となります。 ¥440(税込)	[レンタル代] ・ラケット ¥330(税込) ・アイガード ¥0 ※ボールは購入となります。 ¥440(税込)	17:30
18:00						18:00
18:30						18:30
19:00	19:00 閉館					19:00

- ・スタジオレッスンに参加される際は、オンラインでの予約が必要となります。
- ・デイトム・イブニング・ナイト・ナイトプラス会員の方のご利用は、時間外利用料¥1,650円が必要となります。
- ・スイミングスクール実施に伴い、17:30～18:30は歩行コースの設定はございません。