

2017年9月18日(月) 祝日プログラム

	ビッグ	フリー	プール	多目的・カルチャー	AURA	岩盤
9:00						
10:00						
11:00						
12:00						
13:00						
13:30						
14:00	13:30~14:30 ボディケア 牧	14:00~15:00 体験会 体カアップスクール (MKT) 定員8名 鈴木(晏)・米山	13:30~14:00 体験会 水中ウォークスクール 福田	13:30~14:30 体験会 栄養セミナー 小島 14:00~15:00 体験会 筋膜リリース 岡部・鈴木(裕)	13:30~14:15 オーラストレッチ 小原	13:15~14:15 ◆岩盤タイム
15:00	15:00~16:00 体験会 ヨガ60 Rieco	15:00~16:00 体験会 ダイエットスクール 定員8名 香取・兵頭	15:15~16:00 コラボレッスン コラボアクア 島津・七宮	15:00~16:00 栄養セミナー⇒カルチャー 筋膜リリース⇒多目的	15:00~15:45 オーラダイエット 卯川	14:30~15:30 ◆岩盤タイム
16:00			16:15~ アウフグース×2	Wまっくろくろすけが 夏の終わりにやってきた! 夏ラストにプールでenjoy★		16:00~17:00 ◆岩盤タイム
17:00	16:30~17:15 ビギナーエアロ 島津	16:45~17:30 ボディワークアウト 小林			16:30~17:30 ピラティス Rieco	
18:00	17:45~18:30 コラボレッスン ファイティング マッチアップ 島津・小林		18:00~ アロマリラックス			17:30~18:30 ◆岩盤タイム
19:00		パンチ・キックなどを駆使して 脂肪を燃やしながらか楽しみましょう♪			18:15~19:00 ヨガ 岡部	19:00~20:00 ◆岩盤タイム
20:00	エリアご利用時間20:00					
21:00						

体験会プログラムは外部の方も
ご参加いただけます。
この機会にご家族やご友人を
レアレアにご紹介ください!!

体験会

体験会

体験会

体験会

コラボレッスン

コラボレッスン

- 【ご注意】
- 月曜祝日はフルタイム(フルタイム継続プラン)の方・SPA会員様のみご利用いただけます。
 - ジム・プールにつきましては、エリアの利用時間に変更がございます。SPAエリアは通常通りご利用いただけます。
 - 岩盤浴・溶岩浴は有料プログラムです。
 - 会員以外の方は、ご予約の上ご来館ください。
 - プログラムは変更の可能性がございますので、あらかじめご了承ください。

【営業時間】 13:00~21:00
【利用時間】 プール・ジムエリア最終利用時間は20:00まで、スパエリアは20:45までとなります。