

2017年10月9日(月)祝日プログラム

	ビッグ	フリー	プール	AURA	岩盤
9:00					
10:00	10周年記念パーティー				
11:00					
12:00					
13:00					
14:00	13:30~14:30 ヴィンヤサヨガ 永野	14:00~14:45 〇ボディワークアウト 七宮		13:30~14:15 オーラストレッチ 卯川	13:15~14:15 ◆岩盤タイム
15:00	15:00~16:15 レアレア体育祭 鈴木(晏)・香取・米山		14:45~15:45 中上級 ロングスイム サークル	15:00~16:00 アクティブヨガ 永野	14:30~15:30 ◆岩盤タイム
16:00			16:15~ アウフグース×2		16:00~17:00 ◆岩盤タイム
17:00	16:45~17:30 〇中級ステップ 柴田	16:30~17:15 肩・腰・膝 すっきりストレッチ 鈴木(裕)	16:45~17:30 アブドミナルパワー45 西森	16:45~17:30 オーラヨガ 松本(加)	
18:00	18:00~19:00 エアロLOW 柴田		18:30~ アロマリラックス	18:15~19:15 ヨガ60 岡部	17:30~18:30 ◆岩盤タイム
19:00					19:00~20:00 ◆岩盤タイム
20:00	エリアご利用時間20:00				
21:00					

【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。