

# 9月24日(月) 特別営業



営業時間13:00~20:00(※18:00~お風呂エリアのみ) 全区分ご利用頂けます。

13:00	メインスタジオ	ジムスタジオ	プール		AIURA	岩盤
			メイン	サブ		
13:30~14:30		13:30~14:15			13:30~14:15	13:30~14:15
14:00	<b>エアロ初中級</b> 60 薄佳澄	<b>キックボクシング</b> 体験会(¥500)定員12名 45 黒田アキヒロ			14:00~14:30 バランス コーディネーション KAORI	<b>岩盤浴</b>
				14:00~14:30 アクアエクササイズ 30 (定員27名) 林宏		
14:45~15:45					14:45~15:30	14:45~15:30
15:00	<b>田口★和田</b> <b>ステップサーキット</b> <b>コラボレッスン</b> 60 (定員25名) ※当日フロント予約 無料	15:00~16:00			15:00~16:00 ピラティス ボール Naomi	<b>岩盤浴</b>
		○☆登録スクール☆ 体験会 60 菊地昌夫 (定員15名) 無料		15:00~16:00 ハイドロキック 60 有料(定員12名) 黒田アキヒロ		
16:00	16:00~17:00				16:00~16:45	16:00~16:45
	<b>ウェーブリング</b> <b>YOGA</b> 60 仁科 あかね (定員25名) ※当日フロント予約 無料	16:30~17:30	16:15~16:45 アクアワーク 30 (定員27名) 瀧澤尚大		16:00~16:45 AURA ダイエット Naana	<b>岩盤浴</b>
17:00		★中秋の名月スペシャル★ ○マインドフルネス&ヨガ 60 梶口貴美代 (定員15名) 無料		17:00~18:00		
	17:15~18:00				17:15~18:00	17:15~18:00
	<b>ボディーワークアウト</b> 45 松澤亮太			17:00~18:00 ハイドロキック 60 有料(定員12名) 黒田アキヒロ	AURA ヨガ Naana	<b>岩盤浴</b>
18:00						
19:00	★キックボクシング体験会★ 初心者の方もダイエット目的の方にもおすすめ (〇)。グローブを着用しパンチ・キックを組み 合わせた 動きを行います。		AURA★ピラティスボール★ ソフトギムニクボールを使って腰仙・仙腸関節 をアプローチ。骨の並びを意識するクラスです。 ※AURA予約【定員20名】 無料			
20:00	★登録スクール体験会★ 筋力の向上だけでなく柔軟性や全身持久力など すべての要素を組み合わせ総合的に調整します。 機能的に動ける身体づくりを可能にします。 ※当日予約ジムカウンター15分前【定員15名】 観定無料		★田口★和田コラボレッスン★ LEALEAのステップサーキットをWイントラで レッスンします(〇)!! ※当日フロント予約【定員25名】 無料			
21:00	★マインドフルネス&ヨガ★ 欧米、日本でも流行しているマインドフルネス は、1970年代アメリカでヨガの瞑想からヒント を得てはじめられたものです。 是非、レアレアでマインドフルネスをご体験ください ※当日予約ジムカウンター15分前【定員15名】 無料		★ウェーブリングYOGA★ リングを使いながらYOGAのアサナ(ポーズ) もしっかりとっていきます。新感覚のヨガの クラスを体験してください。 ※当日フロント予約【定員25名】 無料			

ステップサーキットのイベントレッスンはパーペルやステップ台の数に制限があるためお早目にご予約ください(当日13:00より受付開始)

◎のレッスンは無料体験レッスンです。ジムカウンターにて15分前にご予約下さい

ハイドロレッスンは有料レッスンとなります。当日ご予約の上ご参加ください。(当日13:00より受付開始・TEL予約可)

ウェーブリングヨガは、当日フロント予約です。(当日13:00より受付開始)

キックボクシングは有料プログラムです。9月12日より受付を開始致します。【参加料金¥500】

アロマリラックス 16:30