

# 2016年10月10日(月)祝日スペシャルプログラム

	ビッグ	フリー	プール	AURA	岩盤
9:00	<h2 style="color: red; text-decoration: underline;">10周年記念パーティー</h2>				
10:00					
11:00					
12:00	<h2 style="color: red; text-decoration: underline;">10周年記念パーティー</h2>				
13:00					
14:00					
13:00				13:15~14:00 ベーシックヨガ 平井(聖)	13:30~14:30 ◆岩盤タイム
14:00	★ 13:30~14:30 サーキット ボクシング Ryo×Sayaka				
15:00	15:00~16:00 簡単ヨガ 長谷川	14:45~15:30 ○初中級ステップ 柴田		15:00~15:45 オーラストレッチ 卯川	14:45~15:45 ◆岩盤タイム
16:00					16:00~17:00 ◆岩盤タイム
17:00	16:30~17:30 ボディケア 金井		17:00~17:45 アクアダンス NAoMY	16:30~17:30 アクティブヨガ Rieco	
18:00	★ 17:45~18:45 10周年ありがとう エアロビクス Nanako×Miki×Anna	17:45~18:15 部位別トレーニング 金井			17:30~18:30 ◆岩盤タイム
19:00				18:15~19:00 グランドアイチ ~コアバランスと呼吸~ NAoMY	19:00~20:00 ◆岩盤タイム
20:00	<h3>エリアご利用時間20:00</h3>				
21:00	<h3>エリアご利用時間20:00</h3>				

**【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ありますので、あらかじめご了承ください。
- ★印のレッスンはフロントにてご予約が必要になります。

【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。