

# 9月23日(木) 祝日営業

営業時間 9:00 ~ 20:00  
フルタイム、AURASPA,Week1(木)会員様にご利用いただけます。

	メインスタジオ	ジムスタジオ	サーキットエリア	メインプール	サブプール	AURA	岩盤浴
9:00							
9:30	9:30 バランス コーディネーション® 45 二木明日香					9:30~10:15 ベーシック ヨガ Chika	9:30~10:15 岩盤浴
10:00		10:30					
10:30	10:45	いきいき運動教室 転倒予防 (有料) 菊地昌夫	11:00	11:00	11:00	10:45~11:30	10:45~11:30
11:00	ピラティス 60 三井直美		レアレア フィットネススクール 田口涼香 (有料)	マタニティ スイミング スクール (有料)	アクアEX30 二木明日香	AURA ダイエット Naana	岩盤浴
11:30		いきいき運動教室 姿勢改善 (有料) 小金佳祐					
12:00	12:00 コンディショニング ステップ 45 三井直美			12:00 ウェルネス スイミング スクール (有料)		12:00~12:45 AURA ストレッチ Konomi	12:00~12:45 岩盤浴
12:30							
13:00	13:00 fight 45 Yutaka	13:00 卓球サークル 45		13:00 アクアウォーク30 小金佳祐 定員20名		13:15~14:00 ベーシック ヨガ Koyuki	13:15~14:00 岩盤浴
14:00		14:00 体質改善 ダイエットスクール 友澤桃香 (有料)		13:45 いきいき運動教室 水中ストレッチ (有料)	14:15 アクアEX30 中村陽子	14:30~15:15 BALLET ダイエット Asuka	14:30~15:15 岩盤浴
15:00	15:15 コンディショニング ストレッチ 60 中村陽子			15:30 キッズ スイミング スクール (有料)		15:45~16:30 バランス コーディネーション® Kaori	16:00~16:45 岩盤浴
16:00	16:30 キッズアスレチック スクール ウイングスプリント	16:30 キッズチア 幸福彩		キッズ スイミング スクール (有料)		17:00~17:45 バランス コーディネーション® Kaori	17:00~17:45 岩盤浴
17:00	17:30 キッズアスレチック スクール ウイングスプリント	17:30 キッズチア 幸福彩		キッズ スイミング スクール (有料)		18:00~18:45 フリータイム	18:00~18:45 岩盤浴
18:00	18:30 キッズチア 幸福彩						
19:00							
20:00							

営業時間 9:00~20:00  
フルタイム、AURASPA,Week1(木)会員様にご利用いただけます。  
お風呂エリア最終利用時間は19:45までとなりますのでご注意ください。

●AURAプログラムはWebにて予約受付を開始いたします。

●プログラムは全て当日開始30前よりご予約となります。