

2024年11月4日(月)祝日プログラム

	3F ビッグ	3F フリー	6F プール	3F AURA	2F 岩盤
9:00					
10:00					
11:00					
12:00					
13:00					
13:30					13:15~14:15
14:00	13:30~14:30  ZUMBA 中島 & 山口	有料特別レッスン ※裏面参照		13:45~14:30 オーラダイエット 齋藤佳	◆岩盤タイム
15:00	14:45~15:45 ★Mキック ボクシングEX 村石	16:00~16:45 ボディワークアウト 仲野			14:30~15:30 ◆岩盤タイム
16:00		有料特別レッスン		15:15~16:15 溶岩浴	
17:00	16:00~17:00 ヴィンヤサー with マントラ satomi				16:00~16:45 ◆岩盤ダイエット 村石
18:00	17:15~18:00 エアロLOW 高嶋			17:15~18:15 ヨガ60 satomi	17:15~18:15 ◆岩盤タイム
19:00					18:30~19:30 ◆岩盤タイム
20:00				19:00~19:45 オーラヨガ 須崎	
21:00	エリアご利用時間20:00				

【ご注意】

- 月曜祝日は全会員区分利用可能となります。
- ※ホームフィットネス会員、マンスリー4会員は1回来館された事となります。
- 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。

特別コラボレッスンのご案内



中嶋 & 山口

参加料：(会員)500円

(外部)1,500円※施設利用料込

20周年式典でコラボした
2人のインストラクターによる
特別レッスン♪

2024年10月29日(火)10:00 申込開始

【参加方法】

- フロントで申込みとお支払い
- スタジオに入る際にレシートを担当者に渡す。

【注意事項】

- レッスン開始15分前から申し込み順に入場していただきます。
- 当日フロントが込み合いますので、事前のお申し込みをお願いします。

LEALEA