

# 3月20日(金)祝日営業スケジュール

営業時間/9:00~20:00 (プールエリアのご利用は19:30、最終退館時間は20:00までとなります)

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
9:00			
10:00		9:30~9:50【映像】リフレッシュストレッチ	
11:00	10:10~10:40 アロマストレッチ 歌野原	¥ 10:30~11:30 ボディメイク 定員:8名	¥ 11:10~12:10 成人スクール
12:00	イベントレッスン	11:50~12:10 リセットポール	
13:00	¥ 12:15~13:15 GroupPower KAZU×二宮×三上 ※詳細は掲示物をご覧ください。	12:25~12:40 お腹シェイプ	12:15~13:00 エンジョイマスターズ
14:00	イベントレッスン	12:50~13:35 GroupCentergy 歌野原	
15:00	¥ 13:45~14:45 GroupFight KAZU×行井×森脇 ※詳細は掲示物をご覧ください。	13:50~14:35 Essential Pilates MOMOE	
16:00	15:15~15:45 からだすっきりストレッチ 三上	14:50~15:10 リセットポール 松島	¥
17:00	16:00~16:30 【映像】GroupBlast		ジュニアスイミングスクール 15:00~19:30
18:00		17:30~18:00 【映像】GroupGroove	
19:00		18:15~18:45 【映像】GroupFight	
20:00			

フリー遊泳・歩行できます。

- ...枠内に色がついているプログラムは初心者の方でも安心してご参加いただけます。
- be ...ビヨンドプログラム
- ¥ ...有料プログラム

## ~ジムエリアのスタッフサポート時間・セルフ利用時時間について~

セルフ時間:9:00~11:30/18:30~20:00  
サポート時間:11:30~18:30