

2021年11月3日(水祝)TAC桃山17周年特別営業日

営業時間 9:00~20:00

最終チェックイン・運動施設利用終了19:30 浴室利用終了19:45

◆ 全フィットネス会員様が種別に関係なくご利用いただけます ◆

時間	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	プール	時間	
10:00			<p style="text-align: center;">ガラポン抽選会 ※景品なくなり次第、終了</p> <p style="text-align: center;">9:00~18:00</p>	<p>【有料・事前申込制】</p> <p>水泳記録大会 TAC桃山杯</p> <p>9:30~11:30</p>	10:00	
11:00		<p>10:30~11:15 RADICAL POWER 45 明知 ◎</p>				11:00
12:00	<p>11:30~12:15 U-BOUND 45 明知 ◎</p>	<p>11:30~12:15 ZUMBA 堀</p>			<p>【有料・事前申込制】 水中写真撮影会 11:30~12:30</p>	12:00
13:00	<p>★ 12:45~13:15 体幹トレーニング 永井</p>	<p>12:30~13:15 Group Fight 杉本&岡元</p>			<p>13:00~13:30 アクアZUMBA 堀</p>	13:00
14:00	<p>★★ 13:45~14:15 ◎ U-BOUND 30 徳宮</p>	<p>13:45~14:30 ピラティス 杉本</p>			<p>チケット制 14:00~14:45 楽しいフィンスイム 桶谷 ◎</p>	14:00
15:00	<p>★ 15:00~15:45 ルーシーダットン 泊</p>	<p>15:00~15:45 Group Fight 杉本</p>				15:00
16:00	<p>★ 16:00~16:45 ヨガ 泊</p>	<p>16:15~17:00 初中級エアロ MIKU</p>			<p>★ 15:30~16:15 初級背泳 スタッフ</p>	16:00
17:00	<p>★★ 17:15~18:00 U-BOUND 45 MIKU ◎</p>				<p>★★ 17:00~17:45 中級4泳法 スタッフ</p>	17:00
18:00	<p>★★ 18:15~19:00 Group Fight 岡元</p>	<p>★★ 18:00~18:45 ZUMBA 三好&柴田</p>				18:00

◆ 会員種別ごとの利用時間等ご案内 ◆

[デイトタイム・ナイト会員] すべての時間にご利用いただけます。
 [らくらく健康会員] ご指定曜日に関係なくご利用いただけます。(水曜日以外の方も利用可)
 [マンスリー4会員] ご利用時間の制限(100分間)はございません。※利用回数はカウント
 [クイック会員、パパママ会員] ご利用時間の制限(100分間)はございません。

◆ レッスンに関するご案内 ◆

各レッスン30分前より参加受付を開始いたします。詳細は館内掲示をご覧ください。

フィンスイムチケットは9:00からフロントにて配布いたします。(定員25名【内訳】レンタル15名、マイフィン10名)
 より多くのお客様にご参加いただくため、レッスン受講はお1人につき2レッスンまででお願いします。

★…レッスン強度 ◎…器具を使用します

【定員】(Aスタジオ) 20名 (Bスタジオ) 34名 (プール) 1コースあたり25名

※器具使用レッスンは器具毎に異なります