

11月23日(月祝)
祝日プログラム



デイタイム会員・ナイト会員の方はご利用できません。
ご利用の際は施設利用料2,200円（税込）又は、施設利用チケットが必要です。
《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

時間	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	時間
10:00	10：00～10：45 U-BOUND 明知 ★★ ◎	RADICAL VIRTUAL 10:15～10:45　YOGA	10：20～10：35 Aichi　細川 ★	10:00
11:00		11：00～11：45 FIGHT DO 明知 ★★	10：45～11：30 アクアケア 細川 ★	11:00
12:00		12：00～12：45 RADICAL POWER 明知 ★★ ◎	【 有料・事前申込制 】 12:00～14:30 泳法水中撮影会	12:00
13:00	普段は受けれない! 贅沢60分レッスン!!	22周年特別レッスン 13：15～14：15 ZUMBA 堀 ★★ 抽		13:00
14:00				14:00
15:00	14：30～15：15 初中級エアロ YU-Hi ★	14：30～15：15 フットセラピー AYAKA ★	14：45～15：15 AQUA ZUMBA 堀 ★★	15:00
16:00	15：30～16：15 U-BOUND YU-Hi ★★ ◎	15：30～16：15 KaQiLa AYAKA ★		16:00
17:00	16：30～17：15 コンディショニングストレッチ YU-Hi ★			17:00
18:00				18:00

★…レッスン強度　◎…器具を使用します

【定員】（Aスタジオ）30名　（Bスタジオ）56名　（プール）1コースあたり25名

※器具使用レッスンは器具の個数により定員が異なります。