


# 2020年7月23日 (木)

## 「海の日」

### 特別スケジュール



場所	スタジオ		プール	ホットスタジオ	フリーコート クライミング
	1	2			
10	 マークの付いているレッスンは、 初心者やシルバー世代の方でも安心してご参加頂けます。	<b>ヨガ</b> (有料スクール) 10:20~11:30 福岡		<b>骨盤ヨガ</b> 10:00~10:45 山下 定員10名 ☆1	フリー利用
11					
12	<b>骨盤調整エクササイズ</b> 11:30~12:15 篠崎 定員20名	<b>コーラス</b> (有料スクール) 12:30~14:00 藤田	11:40~12:00  水慣れ 担当:小岩井 定員:12名	<b>ピラティス</b> 12:30~13:15 marie 定員10名 ☆4	
13	<b>ベリーダンス</b> 12:45~13:30 文華 定員20名		12:15~12:35 初級クロール 担当:小岩井 定員:12名		
14	<b>ヴォーカリズム</b> 14:00~14:45 aki 定員20名	<b>社交ダンス</b> (有料スクール) 15:30~17:00 齋藤	 ジュニア スイミング 15:00~21:00	<b>体幹ストレッチ</b> 13:45~14:30 marie 定員10名 ☆2	
15	 ジュニア体育 15:45~18:00				
16					
17					
18					

＜ご利用になれる会員種別＞

A-1・新A-1・フルタイム24・フルタイム24U30・フルタイム・町田フルタイム・シニア・デイ・ホリデー・ナイト&ホリデー・アンダー28・アンダー30・100分・スチューデント・都度・マンスリー5・クライミング・ホット・アフター5&ホリデー・ジム24  
 但し、都度会員様・マンスリー5会員様・75分会員様・100分会員様・ジム24会員様のご利用方法は変わりません。  
 時間外利用料の1,000(税抜)をお支払い頂ければ、上記の会員様以外でもご利用が可能です。

＜ご利用になれる時間帯＞

9:00~20:00 (20:00最終チェックアウトとなります。)

# 2020年7月24日(金)

## 『スポーツの日』 特別スケジュール



場所	スタジオ		プール	ホットスタジオ	フリーコート クライミング
	1	2			
10	マークの付いているレッスンは、 初心者やシルバー世代の方でも安心してご参加頂けます。		 ベビー スイミング 9:45~11:00	ベーシックヨガ 10:00~10:45 eimy 定員10名 ☆2	
	<b>ボディパンプ45</b> 10:15~11:00 渡辺 定員20名	ストレッチホール 10:45~11:15 尾澤 定員10名			
11	<b>ユーバウンド45</b> 11:30~12:15 山森 定員20名	全身シェイプ 11:45~12:15 尾澤 定員10名		骨盤ヨガ 11:15~12:00 eimy 定員10名 ☆1	
	<b>ボディジャム45</b> 12:45~13:30 MINAMI 定員20名	バランスホール 12:45~13:15 原 定員10名		13:00~13:30 フィンスイム 米澤 定員12名	
12	<b>マットピラティス</b> 14:00~14:45 奥 定員20名	ストレッチ 13:45~14:15 原 定員10名	13:45~14:15 入門スイミング 小川(万) 定員12名	おなかシェイプヨガ 13:45~14:30 Mayee 定員10名 ☆3	
	<b>ステップ中級</b> 15:15~16:00 川上 定員20名		14:30~15:00 月替わりレッスン 小川(万) 定員12名	身体リセットヨガ 15:00~15:45 佳奈 定員10名 ☆3	
13			 ジュニア スイミング 15:00~21:00	心リセットヨガ 16:15~17:00 佳奈 定員10名 ☆1	 ジュニア クライミング 15:00~21:00
14					
15					
16					
17					
18					

### <ご利用になれる会員種別>

A-1・新A-1・フルタイム24・フルタイム24U30・フルタイム・町田フルタイム・シニア・デイ・ホリデー・ナイト&ホリデー・アンダー28・アンダー30・100分・スチューデント・都度・マンスリー5・クライミング・ホット・アフター5&ホリデー・ジム24  
 但し、都度会員様・マンスリー5会員様・75分会員様・100分会員様・ジム24会員様のご利用方法は変わりません。  
 時間外利用料の1,000(税抜)をお支払い頂ければ、上記の会員様以外でもご利用が可能です。

### <ご利用になれる時間帯>

9:00~20:00(20:00最終チェックアウトとなります。)