

1月3日(日・祝)

営業時間  
11:00~18:00

# 特別営業スケジュール

	インフォメーション	スタジオ		プール		
		1	2	メイン	ラグジュアリー	
11:00	<b>スペシャルプログラム</b> 11:30~ <b>「初泳ぎ」担当:柱谷</b> 年初め一緒に泳ぎませんか? 泳ぎの基礎からゆっくり行い、 なまった身体をほぐしつつ、 フォームの改善指導を行います!  短縮営業中はスタジオ 参加人数を制限させて いただきます。  <b>スタジオ1...44名</b>  <b>スタジオ2...24名</b>					11:00
11:30				11:30 初泳ぎ ~初級編~ 柱谷		11:30
12:00		12:00 シンプル エアロ30 宅見				
12:30				12:15 スイムトレーニング 入門 大屋		12:30
13:00		12:45 コンビネーション ステップ30 宅見				13:00
13:30					13:00 アクア ウォーク&ジョグ 佐野	13:30
14:00		14:00 ダンスZERO (GSLive)				14:00
14:30						14:30
15:00		15:00 スタイリッシュ パンプ 石井				15:00
15:30						15:30
16:00		16:00 コア ヒーリング 石井				16:00
16:30						16:30
17:00						17:00
17:30						17:30
最終入館及び、運動施設のご利用は営業終了30分前までとなります。						

※間隔を開けてご利用ください  
フリーストレッチエリア

## 18:00閉館

特別営業は会員区分を問わず  
全営業時間ご利用いただけます。  
営業時間 11:00~18:00