

4月29日(金・祝)

営業時間
10:00~19:00

昭和の日 祝日特別スケジュール

	インフォメーション	スタジオ		プール		
		1	2	メイン	ラグジュアリープール	
10:30	<p>【スペシャルプログラム】</p> <p>12:50~ CSLive 特別シェイプパンプ 全国の人気IRによる この日だけの特別バージョン！ スタジオでお楽しみください！</p> <p>14:15~ ストリートダンス デルタの店長がGWを盛り上げます！ 祝日だけの特別ダンスレッスン！ ご参加お待ちしております！</p> <p>【スタジオ定員について】 コロナウイルス感染拡大防止のため、 間隔をあけてレッスンを行っております。 各スタジオの定員は下記の通りとなります。</p> <p>スタジオ1→54名 スタジオ2→30名</p>					10:30
11:00		<p>11:00 ZUMBA®40 (CSLive)</p>	10:40 ボディケアストレッチ30 平石	<p>11:10 バタフライ プールde骨盤調整 柱谷 菱谷</p>	<p>11:10</p>	11:00
11:30			11:30 ラテンダンス40 MIYUKI			11:30
12:00		11:55 ファイトアタック PRO 大本		11:50 スイムトレーニング 初級 柱谷	12:00 AQUA Jam 菱谷	12:00
12:30						12:30
13:00		12:50 シェイプパンプ40 (CSLive)	13:00 ウェーブストレッチ30 平石			13:00
13:30						13:30
14:00			13:55 骨盤調整40 相良	14:15 ストリートダンス 竹中	13:45 アクアダンス 菅野	14:00
14:30					14:30 スイムトレーニング 上級 柱谷	14:30
15:00			15:00 パワーパンプ (CSLive)			15:00
15:30					15:30	
16:00					16:00	
16:30					16:30	
17:00					17:00	
17:30			選手コース トレーニング		17:30	
18:00					18:00	
18:30					18:30	

19:00閉館

デイトム、ナイト、ビジネスナイト会員の方は
1,100円(時間外利用料)でご利用いただけます。