

11月祝日プログラム

3日（火）文化の日			23日（月）勤労感謝の日		
Aスタ	Bスタ	ピラティス	Aスタ	Bスタ	プール
9:00 10 20 30 40 50 10:00 10 20 30 40 50 11:00 10 20 30 40 50 12:00 10 20 30 40 50 13:00 10 20 30 40 50 14:00 10 20 30 40 50 15:00 10 20 30 40 50 16:00 10 20 30 40 50 17:00 10 20 30 40 50 18:00 10 20 30 40 50	9:00 10 20 30 40 50 10:00 10 20 30 40 50 11:00 10 20 30 40 50 12:00 10 20 30 40 50 13:00 10 20 30 40 50 14:00 10 20 30 40 50 15:00 10 20 30 40 50 16:00 10 20 30 40 50 17:00 10 20 30 40 50 18:00 10 20 30 40 50	9:00 10 20 30 40 50 10:00 10 20 30 40 50 11:00 10 20 30 40 50 12:00 10 20 30 40 50 13:00 10 20 30 40 50 14:00 10 20 30 40 50 15:00 10 20 30 40 50 16:00 10 20 30 40 50 17:00 10 20 30 40 50 18:00 10 20 30 40 50	9:00 10 20 30 40 50 10:00 10 20 30 40 50 11:00 10 20 30 40 50 12:00 10 20 30 40 50 13:00 10 20 30 40 50 14:00 10 20 30 40 50 15:00 10 20 30 40 50 16:00 10 20 30 40 50 17:00 10 20 30 40 50 18:00 10 20 30 40 50	9:00 10 20 30 40 50 10:00 10 20 30 40 50 11:00 10 20 30 40 50 12:00 10 20 30 40 50 13:00 10 20 30 40 50 14:00 10 20 30 40 50 15:00 10 20 30 40 50 16:00 10 20 30 40 50 17:00 10 20 30 40 50 18:00 10 20 30 40 50	9:00 10 20 30 40 50 10:00 10 20 30 40 50 11:00 10 20 30 40 50 12:00 10 20 30 40 50 13:00 10 20 30 40 50 14:00 10 20 30 40 50 15:00 10 20 30 40 50 16:00 10 20 30 40 50 17:00 10 20 30 40 50 18:00 10 20 30 40 50
10:10～10:55 初級エアロ MICHIKO	10:00～10:45 太極拳 竹之内	10:00～10:45 ピラティス リフォーマー スタッフ	10:10～10:55 初級エアロ 大島		
11:15～12:15 リトモスMIX ※有料1,100円 Hinata	11:15～12:00 フラダンス MICHIKO		11:10～11:55 メガダンス Hinata	11:10～11:55 ウェルネスヨガ 大石	
12:35～13:20 オキシジェノ Hinata	12:30～13:15 エクストリーム55 太郎良		12:15～13:00 ボルドブラ& フットセラピー Hinata	12:15～12:45 マッスルワーク 日野	
			13:15～14:00 ズンバ 泉		13:30～14:10 アクアビクス フリー利用不可 田中
祝日プログラム 10/23(金) 8:00より予約開始 通常のレッスンと同様の予約方法です。 ★アクアビクス★ 予約ではございません。 レッスン開始時間までにプールへお越しください。					
通常クラスと変更 があるクラス					
営業終了19:00（ジム・プール利用18:30まで）			営業終了19:00（ジム・プール利用18:30まで）		

有料レッスン予約方法

10月28日（水）22:30～予約開始

参加費：リトモスMIX（1,100円）
法人会員様 参加費＋都度利用料
レッスン予約は開始1時間前まで可能です。
お支払いは必ずレッスン前までに
フロントにて現金支払いとなります。
当日キャンセルの返金は出来かねます。
（キャンセルは前日までお願い致します）
※当日未払いでも料金は発生致します

①ログイン後、画面上部にある
「参加できるイベントがあります」を選択



②カレンダーから受講日
（青色の日にち）を選択



③内容に間違いがないか確認し、
「予約申込み」を選択



④お客様情報の入力欄を全て埋めて
予約完了です。
お支払いはフロントにてお支払ください。
※現金支払いとなります
通常チケットの消化はございません。
ご参加お待ちしております。