


◆◆◆ 9月18日(月・祝) ◆◆◆

	メインスタジオ	ジムスタジオ	メインプール	プール メインサウナ	AURA	岩盤浴
9:00						
10:00						
11:00						
12:00						
13:00						
14:00	13:30 ~ 14:15 初級エア045 東出 好未	整理券 13:30 ~ 14:00 VIPR 奥富 功大	13:30 ~ 14:15 アクアウォーク45 沼本 陸		13:15 ~ 14:00 アクティブヨガ45 Chika	13:15 ~ 14:00 岩盤浴
15:00	整理券 14:30 ~ 15:30 fight Kodai			14:30 ~ 14:45 ◆アウフグース◆ 定員：15名	14:30 ~ 15:15 ヨガ45 Chika	14:15 ~ 15:00 岩盤浴
16:00	整理券 15:45 ~ 16:30 ボディワークアウト45 烏山 泰輔			16:00 ~ 16:15 ◆アウフグース◆ 定員：15名	15:45 ~ 16:30 ベーシックヨガ45 Rina	15:15 ~ 16:00 岩盤浴
17:00	16:45 ~ 17:30 ストレッチ45 小出 若菜				17:00 ~ 18:00 アクティブヨガ60 祝日 SP Rina	16:15 ~ 17:00 岩盤浴
18:00						17:15 ~ 18:00 岩盤浴
19:00						
20:00						

◆イベント案内◆

① 沼本 陸、奥富 功大
10月1日付で異動となります。
お世話になった皆様へ心を込めて
レッスンをお届けいたします!!
沼本 陸 ... 東戸塚店
奥富 功大 ... あざみ野店

② アウフグース ※プールサウナ
アウフグース復活!!!
一気に汗を出し、爽快感を体感
できます♪



◆◆◆ 9月23日(土・祝) ◆◆◆

	メインスタジオ	ジムスタジオ /スクール	メインプール	サブプール	AURA	岩盤浴
9:00			9:00 ~ 10:00 キッズスイミング ☆スクール☆			
10:00	9:30 ~ 10:15 やさしいヨガ45 奥富 功大	9:30 ~ 10:30 キッズダンス ☆スクール☆ 吉野 加奈子	10:00 ~ 11:00 キッズスイミング ☆スクール☆		9:30 ~ 10:15 ヨガ45 Rina	9:30 ~ 10:15 岩盤浴
11:00	10:45 ~ 11:45 fight Kodai	10:30 ~ 11:30 キッズダンス ☆スクール☆ 吉野 加奈子	11:00 ~ 12:00 キッズスイミング ☆スクール☆		10:45 ~ 11:30 アクティブヨガ45 Rina	10:30 ~ 11:15 岩盤浴
12:00	12:00 ~ 13:00 キッズ からだづくり ☆スクール☆	11:30 ~ 12:30 キッズダンス ☆スクール☆ 吉野 加奈子	12:00 ~ 13:00 スイミング 上級クラス(有料) 高宗 和真	12:00 ~ 12:30 アクアEX30 上坂 満咲	12:00 ~ 12:45 ピラティス45 naomi	11:30 ~ 12:15 岩盤浴
13:00	13:00 ~ 14:00 キッズアスレチック ☆スクール☆ ウィングスプリント		13:00 ~ 14:00 キッズスイミング ☆スクール☆		13:30 ~ 14:15 アクティブヨガ45 Koyuki	12:30 ~ 13:15 岩盤浴
14:00	14:00 ~ 15:00 キッズアスレチック ☆スクール☆ ウィングスプリント	13:30 ~ 14:15 ストレッチ45 片山 翔太	14:00 ~ 15:00 キッズスイミング ☆スクール☆		14:45 ~ 15:30 ベーシックヨガ45 Koyuki	13:30 ~ 14:15 岩盤浴
15:00	整理券 15:15 ~ 16:00 ボディワークアウト45 片山 翔太		15:00 ~ 16:00 キッズスイミング ☆スクール☆			14:30 ~ 15:15 岩盤浴
16:00	整理券 16:15 ~ 17:15 ボディメンテナンス ヨガ 60 鈴木 智子				16:15 ~ 17:00 AURAダイエット45 Misaki	16:15 ~ 17:00 岩盤浴
17:00	17:30 ~ 18:15 コアトレ Funシェイプ45 鈴木 智子	17:00 ~ 18:00 サーキット&コア スクール(有料) 烏山 泰輔	17:15 ~ 17:45 アクアウォーク30 片山 翔太		17:30 ~ 18:15 リンバストレッチ45 Naana	17:15 ~ 18:00 岩盤浴
18:00		※場所：ジムエリア				
19:00	18:30 ~ 19:30 HIPHOP 60 持田 ひかり	18:30 ~ 19:30 卓球 フリータイム				
20:00						

- お風呂エリア最終利用時間は“19：45まで”となります。
- AURAプログラムは、Webにて予約受付を承ります。
- 「整」は整理券対象のプログラムとなります。レッスン開始の30分前より所定の場所で整理券を配布いたします。
メインスタジオ...フロント横 / ジムスタジオ...ジムカウンター
- アクアレッスンには、開始15分前よりプールカウンターにてリストバンドを配布いたします。