

	スタジオ	プール	ジム	イベント
8:00				<p>～走ろう会～ 10:00～11:00 担当 福島・近藤</p> <p>ジェクサー四谷 スタート ↓ 国立競技場周辺 外周1周 ↓ ジェクサー四谷 ゴール</p> <p>ランニング好き！外を走りたい！ 国立競技場周辺を まだ走ったことがない！ そんなあなた！ 是非このイベントをきっかけに 一緒にランニングしませんか？</p>
8:30				
9:00				
9:30	9:20～10:05 グラマッスルフィット 川又珠実			
10:00		10:10～10:55 アキア45 最上優香	10:10～10:40 TILT	
10:30	10:30～11:15 ZUMBA 小松真太郎			
11:00		11:00～12:00 スイミング スクール 【成人】		
11:30	11:35～12:05 UBOUND 町田紀子			
12:00	12:25～12:55 BODYBALANCE 萌	12:05～12:35 クロールベーシック 今泉		
12:30		11:35～12:05 平泳ぎベーシック 今泉		
13:00				
13:30	13:20～14:05 スローボディシェイプ 中村勝美			
14:00		14:00～15:00		
14:30	14:25～15:10 リラックスヨガ 吉崎瑞穂	スイミングスクール 【ジュニア】		
15:00		15:00～16:00		
15:30		スイミングスクール 【ジュニア】		
16:00	16:00～17:00 avex dance master 【ジュニア】 スターター	16:00～17:00 スイミングスクール 【ジュニア】		
16:30				
17:00	17:10～18:10 avex dance master 【ジュニア】 ベーシック	17:00～18:00 スイミングスクール 【ジュニア】		
17:30				
18:00	18:20～19:20 avex dance master 【ジュニア】 ティーン	18:00～19:00 スイミングスクール 【ジュニア】		
18:30				
19:00				
19:30				

詳細は別紙にて
ご確認ください



※短縮営業に伴いデイトタイム会員様
モーニング会員様は時間外利用を
お支払いの上ご利用頂けます