

2月11日（火・祝）建国記念の日・特別スケジュール

	スタジオ			プール	
	スタジオA	スタジオB	スタジオCHAIN	プール	
9:00					9:00
9:30					9:30
10:00	10:00~10:45 エアロビクスミドル 大塚歩 [55]	初のコラボレッスン！ 60分のBODYBALANCEの世界を楽しみましょう♪ 通常予約です。		10:30~11:00 水中ウォーキング わたべなみ [25]	10:00
10:30					
11:00	11:05~12:05 LES MILLS BODYBALANCE 大塚歩・永井涼子 [50]	11:00~11:45 ホットヨガビギナー Sakura [50]	10:40~11:10 sprint		11:00
11:30				11:30~12:15 ボディメイクアクア 米澤彰康 [43]	11:30
12:00			12:00~12:45 LES MILLS THE TRIP 貝沼小菅里・BAMBA [23]		12:00
12:30	12:30~13:15 リラックスヨガ ～癒しの時間～ AYANO [50]	12:15~13:00 ホットヨガミドル Sakura [50]			12:30
13:00					13:00
13:30				13:30~14:15 アクア 村川由希 [43]	13:30
14:00	13:40~14:25 LES MILLS BODYPUMP MUSASHI [50]		14:00~14:45 LES MILLS THE TRIP BAMBA・わたべなみ [23]		14:00
14:30		14:30~15:30 ホットヨガ ～ほぐして整える 骨盤調整～ haru [50]		14:30~15:00 テクニカルスイム (パタフライベースック) スタッフ [20]	14:30
15:00	15:00~16:00 LES MILLS BODYJAM 貝沼小菅里・GoTo・moe (NAS) [40]				15:00
15:30				15:45~16:45	15:30
16:00			16:00~16:45 LES MILLS THE TRIP	ジュニアスイミング	16:00
16:30	16:30~17:30 LES MILLS BODYATTACK NAKATA・MEG (NAS) [40]	16:15~17:00 ホットヨガ リフレッシュ BANBA [50]		16:45~17:45	16:30
17:00				ジュニアスイミング	17:00
17:30			17:50~18:20 LES MILLS RPM		17:30
18:00	18:00~19:00 LES MILLS BODYCOMBAT NAKATA・吉谷亮平 SHOKI(NAS) [40]	18:00~18:45 ホットヨガビギナー mito [50]			18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30					19:30
20:00					20:00

営業時間は8:00~21:00（プールエリアのご利用は10:00~20:00）
スタッフ対応時間は10:00~19:00

 初心者でも安心
  初心者～久しぶりに運動を始める方
  備品使用クラス





ジエクサー新潟とスポーツクラブNAS新潟スタッフによる
有料コラボイベントレッスン開催！
イベント予約のため詳細は後日ご案内致します！！