

# 6月29日(土) 夢中でトレーニングの日

	スタジオ		プール	
	スタジオA	スタジオB	1コース	2コース
9:00			走ろう会 時間 11:00~12:00 担当者: Ayane、坂本廉次郎 ※雨天の場合1時間前にホームページにてご案内いたします。 ○大井町フロント受付 6月15日(土) 14:00~開始 ※詳細は別紙にてご案内いたします	
9:30	WEB 43 9:20~10:05 ステップコンボI 渡辺美佐子			
10:00		WEB 35 10:20~11:05	インスタグラムにて 夢中でトレーニング スタッフチャレンジ 随時更新中!! QRコードから ご覧いただけます♪	
10:30	WEB 45 10:30~11:15 Balletone fujico	太極拳 大谷なほみ		
11:00		WEB 35 11:20~12:05	 @JEXEROIMACHI_OFFICIAL	
11:30	WEB 45 11:35~12:20 【オリジナル】 コア・シェイク 片山千穂	リラックスヨガ 福田美鈴		
12:00		WEB 35 12:30~13:15 HOT YOGA 骨盤調整 小松浩	・15:00~15:30 SAMURAI OWEB予約 6月15日(土) 14:00~開始	
12:30	WEB 45 12:40~13:25 エアロビクス ライト 片山千穂			
13:00		WEB 35 13:30~14:30 HOT YOGA リンパフロー 60 小松浩	・15:50~16:35 Yuiのダンス講座 ○大井町フロント予約 6月15日(土) 14:00~開始	
13:30	WEB 45 13:55~14:40 LES MILLS BODYCOMBAT FUMI			
14:00		WEB 20 15:00~15:30 SAMURAI Ayane	・17:25~18:10 UBOUND ※通常よりお時間が早まっております。 OWEB予約 6月15日(土) 14:00~	
14:30	WEB 45 15:00~15:45 LES MILLS BODYPUMP FUMI			
15:00		WEB 20 15:50~16:35 Yuiの ダンス講座 Yui	・18:29~19:39 夢中でトレーニングFES!!!! ○大井町フロントにて受付 6月15日(土) 12:00~開始 ※途中入退場不可。 ※参加場所は予約受付時に承ります。 ※締め切りは定員になり次第受付終了となります。	
15:30	WEB 45 16:05~17:05 ジャズダンス60 田畑幸一			
16:00		WEB 25 17:25~18:10 UBOUND 富樫	よくばりプログラム!! 1時間でLesmillsプログラムを ちょっとずつ楽しもう😊 担当者は当日のお・た・の・し・み♥	
16:30	WEB 50 17:20~18:05 ダンサーズ ストレッチ 田畑幸一			
17:00			営業時間は8:00~22:00 (プールエリアのご利用は10:00から)	
17:30	WEB 45 18:29~19:39 夢中でトレーニング FES!!!! LES MILLS BODYPUMP LES MILLS BODYCOMBAT LES MILLS BODYBALANCE			
18:00				
18:29				
19:00				
19:30				
20:00				
20:30				
21:00				
21:30				
22:00				