

年末年始特別スケジュール

	12月28日(土)	12月29日(日)	12月30日(月)	12月31日(火)	1月1日(水)	1月2日(木)	1月3日(金)		
	通常営業	通常営業	短縮営業9時~18時	ノースタッフDAY	ノースタッフDAY	ノースタッフDAY	短縮営業9時~18時		
10:00	10:00~11:00 ほぐしヨガ Nozomi	10:00~11:00 朝ヨガ Luna		<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <h2 style="color: red;">ノースタッフDAY</h2> <p style="color: red;">ジムのみ24時間営業しております 2階エリアの利用、各種受付は行えません</p> </div>			10:00~11:00 ダンベルシェイプ 今井		
11:00			10:30~11:30 筋肉ほぐし&ととのえヨガ 山口里美						
12:00	11:30~12:15 barreテック&30 今井	11:15~12:15 エンジョイエアロ mayumi	11:45~12:30 BODYCOMBAT45 山口瑠美						11:30~12:30 ZUMBA しよ→てん
13:00	12:30~13:30 スタジオフリータイム ストレッチ、トレーニングなど ご自由にお使いください	12:30~13:30 SALSATION SIJUN							
14:00	14:00~14:45 BODYATTACK45 山口瑠美	14:00~15:00 卓球 ご予約はフロントにて 12時~受付開始	13:30~15:00 太陽礼拝 有料クラス・事前に整理券を 購入してください Luna						13:00~14:00 BODYBALANCE60 山口里美
15:00									14:15~15:15 BODYCOMBAT60 田中
16:00									

ノースタッフDAYはジムエリアは24時間ご利用いただけます。スタッフ不在なのでお手続き関連、また得チケのお客様はご利用いただけません。

1月の休館日は1月9日(木)となります。