

2025年9月15日(月祝) 特別タイムスケジュール

	スタジオ	サブアリーナ	プール	メインアリーナ 東	メインアリーナ 西
10:30	ストレッチポール 小倉 10:30-11:00	ボディパンプ30 近石 10:30-11:00	スイミング 体験会	9:00-9:50 走り方教室 	バドミントン サークル 11:00-12:30
11:00	からだコンディショニング 小倉 11:15-12:00 ※有料	ボディコンバット45 近石 11:15-12:00	10:30-11:30 ⑥~⑦コース		
12:00	レスミルズシェイプス 藤瀬 12:15-13:15 ポジションと呼吸+45分	<div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>全身が 気合で 引き締まる 30秒間</p> </div> <div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>まず試してみて!</p> </div>	ファミリープール ⑥~⑦コース ご利用に応じて コース帯が変更する 場合がございます。	卓球フリー 12:00-13:00	テニスフリー 12:30-16:30
13:00	シェイプエアロ 松岡 13:30-14:15		12:00-15:00 	卓球サークル 13:00-15:00 	卓球フリー 15:00-17:00
14:00			ジュニアスイミング スクール 幼児コース 15:15-16:30		
15:00		ジュニアスイミング スクール 幼児コース 16:30-17:45		卓球フリー 15:00-17:00	卓球フリー 15:00-17:00
16:00		ジュニアスイミング スクール 幼児コース 17:45-19:00			卓球フリー 15:00-17:00
17:00		学校体育 向上教室 17:00-18:00 			卓球フリー 15:00-17:00
18:00					卓球フリー 15:00-17:00
19:00					卓球フリー 15:00-17:00
閉館時間 19:00 (運動施設利用時間18:30 まで)					

9/17(水)~お申込キャンペーン
初期登録料半額!! + 2ヶ月月会費半額
2,750円(税込) + 2ヶ月月会費半額

※通常5,500円(税込) + 通常レギュラー会員様1ヶ月6,050円(税込)