

2025年度 年末年始特別プログラム

12月29日(月) 9:30-18:00			1月4日(日) 9:30-18:00		1月12日(月) 9:30-19:00		
Aスタジオ	HOTスタジオ	プール	Aスタジオ	プール	Aスタジオ	HOTスタジオ	プール
10:00	10:00-10:45 ホット 体幹トレーニング 助信 web予約	10:00-12:30 煩惱スイム *最大5コース使用*	10:15-11:00 Hip Hop 助信	スイミング スクール 9:30 - 12:00 2〜4コース	10:00-10:45 ステップアップ ステップ★ 岡野		親子スイミング スクール 10:00-10:45
10:30							
11:00							
11:30	11:15-12:00 ストレッチエアロ 助信		11:15-12:00 かんたんエアロ 助信		11:00-11:45 フィットネス パワーヨガ 岡野		
12:00							
12:30	12:15-13:00 X55® 二反田 【定員40名】 web予約		12:15-13:00 HATAヨガ 大迫		12:00-12:45 X55® 二反田 【定員40名】 web予約		
13:00				ご 自由 に ご 利用 いた だけ ます ♪	13:00-13:45 かんたんエアロ 大迫		13:00-13:30 アクアウォーキング 曽根
13:30	13:30-14:15 FIGHT DO® 富田 web予約	ご 自由 に ご 利用 いた だけ ます ♪	13:15-14:00 バレトン 大迫				
14:00					14:00-14:45 UBOUND® 二反田 【定員30名】 web予約	14:15-15:00 ホット美メイクヨガ 大迫 web予約	
14:30			14:30-15:15 ZUMBA® 重田 web予約				
15:00	【プレミアムプログラム】 ※要申込み※ 14:45-15:45 UBOUND® 2&10						スイミング スクール 14:00 - 19:00 2〜4コース
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00	ジム・プール利用17:45終了		ジム・プール利用17:45終了		ジム・プール利用18:45終了		

web予約開始日

12/29(月)

→ 12/13(土) 12:15～

1/4(日)&1/12(月)

→ 12/21(日) 00:00～

●Bスタジオは、ストレッチエリアとして終日開放しております。

●定員…Aスタジオ：50名 HOTスタジオ：20名
※UBOUND®：30名 / X55®：40名

●web予約マークのついたレッスンは、マイページより事前にご予約が必要です。
予約券をお持ちの上、ご参加下さい。

●スイムパーソナル実施の為、1コース使用させて頂く場合がございます。
予めご了承下さい。