

2018年ゴールデンウィーク特別プログラムスケジュール

4月29日(日) 10:00~20:00	4月30日(月) 10:00~20:00	5月1日(火) 10:00~23:30	5月2日(水) 10:00~23:30	5月4日(金) 10:00~20:00	5月5日(土) 10:00~20:00
スタジオ アリーナ プール ジム		スタジオ アリーナ プール ジム		スタジオ アリーナ プール ジム	
Free Time	Free Time	スタジオ・アリーナは10:15より入場可	スタジオ・アリーナは10:15より入場可	Free Time	Free Time
スタジオ開放時間 10:00-11:45 ※ストレッチボール・フレックスクッションをご自由に使えます。	スタジオ開放時間 10:00-11:15 ※ストレッチボール・フレックスクッションをご自由に使えます。	健康本極拳 10:30-11:30 長沖 不二子	癒しのヨガ 10:30-11:30 福島 正	スタジオ開放時間 10:00-11:00	スタジオ開放時間 10:00-11:30
予約券 エンジョイ卓球 10:45-11:45	予約券 エンジョイ卓球 10:30-11:30	ダンスエアロ 10:30-11:15 江原 純子	ボディコンディショニング(定員145名) 10:30-11:15 高崎 玲子	予約券 エンジョイ卓球 10:30-11:30	予約券 エンジョイ卓球 10:30-11:30
クロス・ストレッチ 12:00-12:45 天野 玲	クロス・ストレッチ 12:00-12:45 天野 玲	予約券 キネシスファースト 11:30-12:00	予約券 キネシスファースト 11:30-12:00	予約券 キネシスファースト 11:30-12:00	予約券 キネシスファースト 11:30-12:00
ZUMBA 13:00-13:45 酒井 留加	ZUMBA 13:00-13:45 酒井 留加	予約券 キネシスファースト 12:15-12:30	予約券 キネシスファースト 12:15-12:30	予約券 キネシスファースト 12:15-12:30	予約券 キネシスファースト 12:15-12:30
予約券 ピラティス 14:00-14:45 福木 由美	予約券 ピラティス 14:00-14:45 福木 由美	予約券 キネシスファースト 14:30-15:00	予約券 キネシスファースト 14:30-15:00	予約券 キネシスファースト 14:30-15:00	予約券 キネシスファースト 14:30-15:00
予約券 タオル持参 15:00-15:45 寺戸 純子	予約券 タオル持参 15:00-15:45 寺戸 純子	予約券 キネシスファースト 15:15-15:30	予約券 キネシスファースト 15:15-15:30	予約券 キネシスファースト 15:15-15:30	予約券 キネシスファースト 15:15-15:30
Figure 8 16:00-16:45 Megg	Figure 8 16:00-16:45 Megg	予約券 キネシスファースト 16:15-17:00	予約券 キネシスファースト 16:15-17:00	予約券 キネシスファースト 16:15-17:00	予約券 キネシスファースト 16:15-17:00
予約券 エンジョイバドミントン 16:45-17:45	予約券 エンジョイバドミントン 16:45-17:45	予約券 キネシスファースト 17:00-17:15	予約券 キネシスファースト 17:00-17:15	予約券 キネシスファースト 17:00-17:15	予約券 キネシスファースト 17:00-17:15
RITMOS 17:15-18:15 石井 俊太郎	RITMOS 17:15-18:15 石井 俊太郎	予約券 キネシスファースト 18:15-19:00	予約券 キネシスファースト 18:15-19:00	予約券 キネシスファースト 18:15-19:00	予約券 キネシスファースト 18:15-19:00
予約券 バスケボール 18:00-19:00	予約券 バスケボール 18:00-19:00	予約券 キネシスファースト 19:15-20:00	予約券 キネシスファースト 19:15-20:00	予約券 キネシスファースト 19:15-20:00	予約券 キネシスファースト 19:15-20:00
		予約券 キネシスファースト 20:15-21:00	予約券 キネシスファースト 20:15-21:00	予約券 キネシスファースト 20:15-21:00	予約券 キネシスファースト 20:15-21:00
		予約券 キネシスファースト 21:15-22:00	予約券 キネシスファースト 21:15-22:00	予約券 キネシスファースト 21:15-22:00	予約券 キネシスファースト 21:15-22:00

ゴールデンウィーク限定割引サービス!!

4/29(日)~5/6(日)

ご家族 ご友人と

同伴ビジター半額

2,160円(税込) **50%OFF** 1,080円(税込)

時間を気にせず

時間外利用料割引

1,620円(税込) **57%OFF** 700円(税込)

スペシャルプレゼンター

畑田 美紀 (はただ みき)
MIKI HATADA

インストラクター歴:7年
【指導ジャンル】
エアロビクス ダンスエアロビクス ステップ
リトモス コンディショニング系 ヨガ

【経歴】
ルーキーコンテスト2015 準優勝
International Freestyle Contest2016 優勝

【出演】
JAPAN FIT2016-2017 プレゼンター出演
フランス最大級コンベンション2017
Salon du Fitness プレゼンター出演
"AERO STAGE" イベントプロデューサー
NEWS ZERO 出演 DVD監修 その他イベント多数出演

【スポンサー・契約】
LA BODY ライダー契約

5月4日(金) 来館決定!!

