



スタジオ・プール特別タイムスケジュール 12月26日(火)～12月28日(木)

営業時間	12月26日(火)		12月27日(水)		12月28日(木)	
	10:00～21:00		10:00～21:00		10:00～21:00	
10:30	☀️ 10:30～11:30 ハタヨガ		☀️ 10:30～11:00 ストレッチポール 滝口育斗・上野竜馬		☀️ 10:30～11:45 陰ヨガ	
11:00	ベルチャーさどこ	11:00～12:00 冬休み短期教室 高木・岩城・武島	11:15～12:00 不調改善ストレッチ 😊 猫宮 愛里	11:00～12:00 冬休み短期教室 高木・岩城・武島	ベルチャーさどこ	11:00～12:00 冬休み短期教室 高木・岩城・武島
11:30	😊 猫宮 愛里	❗️冬休み水泳短期教室開催の為 コリス利用に制限があります。 詳細は裏面をご確認ください。	😊 猫宮 愛里	❗️冬休み水泳短期教室開催の為 コリス利用に制限があります。 詳細は裏面をご確認ください。		❗️冬休み水泳短期教室開催の為 コリス利用に制限があります。 詳細は裏面をご確認ください。
12:00	😊 猫宮 愛里		😊 猫宮 愛里		😊 岩城 磨代 滝口 育斗	
12:30	12:30～13:30 InBody測定会 😊 滝口 育斗 猫宮 愛里		12:30～13:30 InBody測定会 😊 滝口 育斗 猫宮 愛里		12:30～13:30 InBody測定会 😊 岩城 磨代 滝口 育斗	
13:00						
13:30						
14:00						
14:30	<p>★新体組成計(InBody470)を導入いたしました★ 3日間はキャンペーンといたしまして 通常550円の測定料を無料で！どなたでも！ 測定いたします！専用ポテイチェックシートも配布📄</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;">  <p>アプリで簡単管理もできちゃいます。 登録方法もご案内しますので、スマートフォンを ご持参ください。 生活習慣病・疾病予防・体力低下の早期発見に 記録する習慣つけませんか？</p> <p>対象：6歳以上</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div> <p>※微弱な電流を流して測定するためペースメーカー等を利用のお客様は測定いただけません※</p>					
15:00						
15:30						
16:00						
16:30						
17:00						
17:30	17:30～18:45 InBody測定会 😊 岩城 磨代 滝口 育斗		17:30～18:45 InBody測定会 😊 岩城 磨代 滝口 育斗		17:30～18:15 InBody測定会 😊 岩城 磨代 滝口 育斗	
18:00						
18:30						
19:00						
19:30	19:15～20:15 ポティアタック760 😊 高木 美里	19:20～19:50 フルDEウォーキング 😊 岩城 磨代	19:15～20:15 ポティステッ760 😊 高木 美里	19:20～19:50 フルDEサーキット 😊 岩城 磨代	18:30～19:30 HIPHOP ともはる 🎵	19:00～20:30 煩惱スイム2023 😊 上野 恭慶 大山 茂樹 新居 仁美
20:00					19:45～20:15 マイペースサーキット 😊 高木美里 滝口育斗	
20:30						
21:00						

煩惱スイム2023 12/28(木)19:00～20:30
 2023年のふらっと泳ぎ納め
 25M×108本
 1リ形式で煩惱の数108本を重ねてみませんか？
 出入り自由。1本からでもOK。25M泳げる方は
 どなたでも参加いただけます。
 特別コー子の参加もあるかも！？

