



日	月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---	---

2025年福袋

酸素ボックス 10回チケット
 通常 19,800円が **7,800円**
 フィットネスレッスン1ヶ月受け放題!
8,000円
 マシントレーニング&ウォーターベッド1ヶ月使い放題!
5,500円



年末年始の休館日
 12月30日(月)~1月6日(月)は
 休館日になります。
 7日より通常営業いたします。



営業時間

≪火・水・金≫ AM10:00~PM7:30Lo.
 ≪土・日・祝日≫ AM10:00~PM4:00Lo.
 ★ 月・木 休館日

※予告なく変更・中止する場合がございます

5 休館日 	6 休館日	7 10:30~ ★4 フィット75 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 ステップ サーキット	8 10:30~ ★3 フィットネス 養生気功 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 ダンスエアロ60	9 休館日	10 11:00~ ★3 いすエアロ 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★4 美ボディエクササイズ 19:30~ ★2 リセットnightヨガ	11 10:30~ ★3 ピラティス 13:00~ ★2 いす体操 15:30~ ★5 ステップ サーキット
12 10:30~ ★4 ローインパクトエアロ 16:00~ ★5 アドバンスステップ	13 休館日	14 10:30~ ★4 フィット75 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 ステップ サーキット	15 10:30~ ★3 フィットネス 養生気功 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 ダンスエアロ60	16 休館日	17 11:00~ ★3 いすエアロ 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 アドバンスステップ 19:30~ ★3 くびれヨガ	18 10:30~ ★3 ピラティス 13:00~ ★2 いす体操 15:30~ ★5 ステップ サーキット
19 10:30~ ★4 ローインパクトエアロ 16:00~ ★5 アドバンスステップ	20 休館日	21 10:30~ ★4 フィット75 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 ステップ サーキット	22 10:30~ ★3 フィットネス 養生気功 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 ダンスエアロ60	23 休館日	24 11:00~ ★3 いすエアロ 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★4 美ボディエクササイズ 19:30~ ★2 リセットnightヨガ	25 10:30~ ★3 ピラティス 13:00~ ★2 いす体操 15:30~ ★5 ステップ サーキット
26 10:30~ ★4 ローインパクトエアロ 16:00~ ★5 アドバンスステップ	27 休館日	28 10:30~ ★4 フィット75 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 ステップ サーキット	29 10:30~ ★3 フィットネス 養生気功 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 ダンスエアロ60	30 休館日	31 11:00~ ★3 いすエアロ 13:00~ ★2 いす体操 14:00 ~ 17:00 ピーキット 19:30~ ★5 アドバンスステップ 19:30~ ★3 くびれヨガ	