



8月のカレンダー

1	土	淡路島まつり『おどり大会』 18:35 SUPER★SHINE 文 体 連 18:45 SUPER★SHINE ジュニア連
2	日	淡路島まつり 2日目
3	月	
4	火	休館日
5	水	
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	
11	火祝	「山の日」祝日営業 10時 - 18時
12	水	振替休館日
13	木	お盆特別タイムスケジュール
14	金	お盆特別タイムスケジュール
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	休館日
19	水	
20	木	
21	金	
22	土	
23	日	
24	月	
25	火	
26	水	休館日
27	木	
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	

お盆期間 特別タイムスケジュール

8/10(月)	8/11(火)祝日	8/12(水)	8/13(木)	8/14(金)	8/15(土)	8/16(日)
通常プログラム 21時閉館	10:30~11:00 わだ インナーコア	振替休館日	10:30~11:00 なるい ポティバランス30		通常プログラム 18時閉館	通常プログラム 18時閉館
	11:20~11:50 よこた ZUMBA		11:20~11:50 まえにし 初級ステップ	11:30~12:00 なかがわ コアクロス		
	12:10~12:40 やまぐち ポティバランス30		12:10~12:40 なるい 初級エアロ	12:20~12:50 なかがわ ポティジャム30		
	13:00~13:30 しみず ポティコンバット30		13:00~13:30 よこた ポティメイク	13:10~13:40 まえにし 初級ステップ		
	13:50~14:20 よこた ストレッチ		13:50~14:35 わだ ポティコンバット45	14:00~14:30 はまだ ポティパン730		
						
	18時閉館		21時閉館		18時閉館	
スタジオレッスンは各クラスで抽選を行います。定員は18名です。 ポティパン・初級ステップは定員15名です。 レッスン20分前より抽選券を配布、10分前に抽選を行います。時間に余裕を持ってお越しください。						

「当日利用」が可能です♪

筋トレや
有酸素運動に
興味がある方

当日利用

仕事休みに運動をしたい！
子供の習い事の待ち時間に！

週1回の利用、気軽に運動をしたい方にオススメです。
有酸素マシンや筋トレマシン、本格的に筋力アップを目指す方には、フリーウエイトエリア(スミスマシン)の利用もオススメです。

1回 750円で何時間でもOK！

