

那覇7月20日(日)特別レッスンプログラム

	プール	3Fスタジオ	6Fスタジオ	ゴルフ
10:00	10:00~10:45 アクアトレーニング		10:15~10:45 チェアdeストレッチ ★神谷	先着28名
30	★有川		11:00~11:45 みんなで筋トレ (初級) 濱元・松崎	
11:00			12:00~12:45	先着30名
30			Uaouno ★★★★ 志喜屋・濱元	
12:00			13:00~13:45 ファイトウ FIGHT DO ★★★★志喜屋・松崎	
30			14:00~14:45 MEGADANZ ★★★神谷・矢野	
13:00			15:00~15:45 ZUMBA FITNESS ★★★★神谷・矢野	
14:00				
30				
15:00				
30				
16:00				
30				
17:00				
30				
18:00				
30				
19:00				
30				
20:00				
30				
21:00				

営業時間 9:00~22:00
 施設利用時間 9:00~21:50
 最終チェックイン 21:40