

# 2月イベント

日	月	火	水	木	金	土
1 <b>休館日</b>	2 ハワイアンフラ 10:15~11:15 	3  <b>スタジオ 利用DAY</b> ジム/プール 会員対象	4 リセットポールケア 11:30~12:15 	5  20本で10pt <b>男性の日 10pt</b>	6 バランスボール 動画レッスン 19:30~ ※全会員対象	7 家族 プール開放 10:00~11:00  10pt 女性の日
8 日曜営業 9:00~13:00	9 ハワイアンフラ 10:15~11:15 	10  お友達・ご家族 招待DAY ※会員同伴	11 建国記念の日 時短特別営業日 10:00~17:00 選べるチケット 配布日 全レッスン ありません	12  <b>ジム 利用DAY</b> スタジオ/プール 会員対象	13 <b>体幹トレ</b> 体幹トレ スクワット 30回 10pt	14 家族 プール開放 10:00~11:00 
15 <b>休館日</b>	16 ハワイアンフラ 10:15~11:15 	17  <b>女性の日 10pt</b>	18 リセットポールケア 11:30~12:15 	19  20本で10pt	20  <b>プール 利用DAY</b> スタジオ/ジム 会員対象	21 家族 プール開放 10:00~11:00 
22 日曜営業 9:00~13:00	23 命天皇誕生日 水中ウォーキング 11:15-12:00 ※全会員対象	24 終日 ジム内 マッサージ器 開放日	25 リセットポールケア 11:30~12:15  <b>男性の日 10pt</b>	26 アクアシェイプ 10:15-11:00 ※全会員対象	27  <b>女性の日 10pt</b>	28 家族 プール開放 10:00~11:00 

## キックパンチエクササイズ 閉講のお知らせ

木曜日19:30~20:30に開催されていたキックパンチエクササイズですが  
1月をもちまして閉講となります。  
今後新レッスンはわかり次第案内させていただきます。

## エースワンの日および営業時間のお知らせ



選べるチケット配布日は2/11(水)です。  
また当日は特別営業日兼、時短営業になります。(10:00~17:00)  
プランの時間帯に関係なくご利用いただけます。  
レッスンはすべてありません。

## まだまだ寒い2月はヒートショックの 発生率が上昇する季節です!!

朝晩の気温が急激に下がります。  
プールご利用後はプールサイドでよく身体を拭いた状態で  
更衣室へお戻りください。  
温度変化による身体への負担を減らすことができます。