

2018年9月24日(月祝)

☆代替営業日プログラム☆

# DAIDON SPORTS CLUB

TEL : 0465 (47) 4715

同伴ビジター 1名様まで無料

会員様と一緒にダイドースポーツクラブが  
利用できます。  
レッスンプログラムも参加出来ます。

	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	
コミュニティ スタジオ (1F)		10:15~11:00 BC2 イワタオサム	11:15~12:00 BS2 イワタオサム		12:15~13:15 リラックスヨガ 相澤晴名				13:25~14:20 strong by zumba yoko				14:30~15:30 社交ダンス 中原康雄									
クラブスタイル スタジオ (2F)		10:15~11:15 BSラテン 杏澤美香		11:45~12:45 POWER 島山&渡邊		13:00~14:00 XSS 芝&渡邊				14:30~15:30 FIGHT DO 島山&津田			15:45~16:30 BCC 本田&津田									
ラケット ステージ (第2コート)				有料レッスン																		
サイクル スタジオ		サイクル専用		11:45~12:15 サイクル フィット 秋葉佑太		卓球専用				サイクル専用			卓球専用			サイクル専用						
アクア ランド						13:00~ 13:45 アクアエアロ 飯田佳子			14:00~ 14:20 水中体操 飯田佳子													

★NEW レッスン★strong by zumba  
ダンスの動きは一切なし！  
格闘技の動きと筋力トレーニングを組み合わせた  
新感覚のサーキットプログラム。  
音楽と効果音で楽しくトレーニングしましょう！

☆秋の大運動会Let'sコラボ☆  
スポーツの秋！食欲の秋？  
今日だけのスペシャルコラボレッスンが見れるかも・・・

定員30名  
要整理券