

# 那覇店11月23日(火) 勤労感謝の日

	プール	3Fスタジオ	6Fスタジオ	ゴルフ
9:00				
30				
10:00	10:00~10:45 水中ウォーキング ★ 高良		10:00~10:30 ゴルフフィットネス ★★★★上原	
30				
11:00			11:00~11:45 たのしくエアロ ★★★ 赤嶺	11:00~11:45 ベーシック スイング (整理券制) 上原
30	11:15~12:00 バタフライ① ★★ 駒崎			
12:00	12:15~13:00 バタフライ② ★★★★ 駒崎		12:15~13:00 ジャズダンス ★★★★ mickEy	
30			13:15~13:45 ZUMBAGOLD ★★好永	13:00~14:00 プライベート レッスン (有料) 上原
13:00			14:00~14:30 みんなで筋トレ (中級)★★★★濱元	
30	14:30~15:15 背泳ぎ① ★★ 駒崎		14:45~15:30 アクティブ ピラティス ★★★★★宇井	15:00~15:45 ラウンド チャレンジ (整理券制) 岸本
15:00	15:30~16:15 背泳ぎ② ★★★★ 駒崎		15:45~16:30 <b>FIGHT DO</b> ★★★★★當眞	
30				
17:00				
30				
18:00				
30				
19:00			18:45~19:30 soul&House ★★★★★ 島袋	
30				
20:00				
30				

営業時間 9:00~21:00  
 施設利用時間 9:00~20:50  
 最終チェックイン 20:40