

体育の日はオーパスで楽しく運動しよう！

無料開放日

10月9日(月)

(営業時間 10:00~18:30)

★会員種別関係なく、全会員、全館利用可能です。

★会員と同伴で非会員は**ジムエリアのみ11時~16時の間無料**となります。

是非、ご家族・ご友人をお誘いの上、お越しください♪

レスンスケジュール

• 10:20~11:00
ピラティス(寺村)

• 11:10~12:10
Group fight(KAZU)

• 12:20~13:20
ヨガ(吉川)



←初心者の方も楽しめる
クラスです。

• 13:30~13:50
お腹すっきい(白田)

• 14:00~14:30
初めてエアロ(赤松)

• 14:40~15:30
スマイル(赤松)

フール

10:00~12:00の間

ジュニアスクール生を対象に
フールを開放するため、

フリーコースは3コースのみです。

申し訳ありませんが、ご了承下さい。