

スポーツメイト白石蔵王プログラムスケジュール

2011年8月1日～31日

	月	火	水	金	土	日
10:00	スタジアオ ストレッツ&エカササイズ 千葉 10:15～10:45	スタジアオ ストレッツ&エカササイズ 千葉 10:15～10:45	スタジアオ ストレッツ&エカササイズ 千葉 10:15～10:45	スタジアオ ストレッツ&エカササイズ 千葉 10:15～10:45	スタジアオ ストレッツ&エカササイズ 千葉 10:15～10:45	スタジアオ ストレッツ&エカササイズ 千葉 10:15～10:45
11:00	ピラティス 佐藤 11:00～11:55	ピラティス 佐藤 11:00～11:55	ピラティス 佐藤 11:00～11:55	ピラティス 佐藤 11:00～11:55	ピラティス 佐藤 11:00～11:55	ピラティス 佐藤 11:00～11:55
12:00	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい
13:00	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい
14:00	マユ 14:00～15:00	マユ 14:00～15:00	マユ 14:00～15:00	マユ 14:00～15:00	マユ 14:00～15:00	マユ 14:00～15:00
15:00	ストレッツ&エカササイズ 日下 15:20～15:50	ストレッツ&エカササイズ 日下 15:20～15:50	ストレッツ&エカササイズ 日下 15:20～15:50	ストレッツ&エカササイズ 日下 15:20～15:50	ストレッツ&エカササイズ 日下 15:20～15:50	ストレッツ&エカササイズ 日下 15:20～15:50
16:00	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい
17:00	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい
18:00	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい
19:00	お楽しみ会 千葉 19:20～19:50	お楽しみ会 千葉 19:20～19:50	お楽しみ会 千葉 19:20～19:50	お楽しみ会 千葉 19:20～19:50	お楽しみ会 千葉 19:20～19:50	お楽しみ会 千葉 19:20～19:50
20:00	マユ 20:00～20:40	マユ 20:00～20:40	マユ 20:00～20:40	マユ 20:00～20:40	マユ 20:00～20:40	マユ 20:00～20:40
21:00	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい	フリースペース ご自由に お使い下さい
21:30	21:30にてプログラム終了	21:30にてプログラム終了	21:30にてプログラム終了	21:30にてプログラム終了	21:30にてプログラム終了	21:30にてプログラム終了

★休館日のお知らせ
11日(木)・12日(金)・13日(土)

★カンエイ堂(マツサージ)予約可能日
2日(火)・4日(木)・5日(金)・6日(土)
16日(火)・18日(木)・19日(金)
20日(土)・23日(火)
25日(木)・26日(金)・27日(土)

★美楽(エステ)予約可能日
5日(金)・8日(月)・18日(木)
22日(月)・26日(金)・30日(火)

※プログラムの変更等は
裏面に記載しております。

フリーコース(泳ぐコース、歩くコース)があります。