

11/3(火)	
10:00~18:30(短縮営業時間)	
10:00	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> 10:30 スタジオにて BP・BC 抽選。 </div>
11:00	
12:00	ストレッチ 30 11:30~12:00 坂入 聡
13:00	健康セミナー(栄養編) ※基本、座学です。 12:15~13:15 今井 学
14:00	LES MILLS BODYJAM 13:30~14:30 R I K I
15:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">抽選・25名</div> LES MILLS BODYPUMP 15:00~16:00 安田・今井
16:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">抽選・30名</div> LES MILLS BODYCOMBAT 16:15~17:15 安田・今井・坂田・金子
17:00	
18:00	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 20px; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">★<u>BODYPUMP/ BODYCOMBAT</u></p> <p style="text-align: center;">ご参加について</p> <p>当日10:30に抽選を、CERTEZAスタジオにて行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ BODYPUMP 25名 ・ BODYCOMBAT 30名 </div>
チェックアウト18:30まで	