

ウェルネスコンディショニングサービス

営業カレンダー

2026年

10月

○: 営業日 (平日)

×: 休業日 (土・日・祝日)

月	火	水	木	金	土	日
			1 ○	2 ○	3 ×	4 ×
5 ○	6 ○	7 ○	8 ○	9 ○	10 ×	11 ×
12 スポーツの日 ×	13 ○	14 ○	15 ○	16 ○	17 ×	18 ×
19 ○	20 ○	21 ○	22 ○	23 ○	24 ×	25 ×
26 ○	27 ○	28 ○	29 ○	30 ○	31 ×	

フロアメニュー (プログラム合計約90分)

• ベーシックコース

2,700円

• クロスヨガ
• トリプルシェイプ
• ダンベルフィット
• ストレッチング

• 体幹エクササイズ
• バランスエクササイズ
• モビリティケア
• Healthyウォーク

各 3,000円

アクアメニュー (各コース45分)

• アクアエクササイズ (火)
• 肩こり腰痛解消アクア (水)
• アクアマシンフィットネス (金)

各 2,800円

予約時間枠

①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
8:30 ~	9:20 ~	10:10 ~	11:00 ~	11:50 ~	12:40 ~	13:30 ~	14:20 ~	15:10 ~

ご予約・
お問い合わせ



0466-29-0708

もしくは 2F ウェルネスエリアまで

ホームページは
こちら!

