

	ショートプログラム	トレッドミル	ご案内
8:00		8:20~8:50	■ 営業時間のご案内 8:00~20:00
9:00	9:00~9:30 上半身シェイプ	9:00~9:30	
10:00		10:00~10:30	★2/11の祝日は 土曜日なので、通常通り 土曜日のスケジュールです。
11:00	11:00~11:30 脚シェイプ	11:00~11:30	
12:00		12:00~12:30	
13:00		13:00~13:30	
14:00	14:00~14:30 お腹シェイプ	14:00~14:30	
15:00		15:00~15:30	
16:00		16:00~16:30	
17:00		17:00~17:30	
18:00		18:00~18:30	
19:00		19:00~19:30	
20:00			
21:00			
22:00			

ショートプログラムについて

- ▼ ご予約はれんらくアプリをご利用ください。
- ▼ トレッドミルとの当日併用ご予約はできません。
- ▼ トレッドミルをご利用になる場合は、プログラム前後でトレッドミルに空きがある場合ご利用いただけます。
- ▼ ご予約可能数はトレッドミル・ショートプログラム合わせて最大4枠です。
- ▼ ご予約の変更・キャンセルは開始時間1時間前までにアプリにてお願いします。
1時間以内の変更及びキャンセルはお手数ですが、AORまでお電話して頂きますようお願いいたします。
- ▼ クラブ事情やスタジオプログラム(有料)により、休講になる場合もございます。
館内掲示物やアプリにてご確認ください。

● ご不明な点はAORスタッフまでお尋ねください。

AOR ☎ 06-6357-7877