

SUMMARY

会員様以外も無料で利用できる!!

9時から21時まで特別営業いたします。既存の会員様は、会員種別に関係なく利用出来ます。さらに、ご家族、ご友人、地域の皆様にも全施設、プログラム参加無料です。※当日利用料は必要ございません。※各種法人利用料も必要ございません。※タオルの貸し出しは既存の会員種別に準じます。

PROGRAM

スタジオプログラムが凄い!!

10:30~11:15『ZUMBA』青木IR

青木由希子さんは、フィットネスキャリアインストラクターとして全国的に大人気で、数多くのイベントに引っ張りだこです。また、インフルエンサーとしても多方面で活躍しており、各地のPR大使を務めるなど、幅広いフィットネスや健康関連の活動を行っています。彼女の情熱的な指導と、前向きなメッセージが多くの人々を引きつけ、常にポジティブな影響を与えています。特別な1日は最高にパワフルな『ZUMBA』からスタート!!

11:30~12:15『シェイプアップ ヨガ』青木IR

数多くのヨガスタイルの中から「ベーシック・ザ・ヨガ + シェイプアップ」にフォーカス!! このセッションは、ヨガの持つ癒しと美しさをさらに引き立て、青木IR（インストラクター）のパワフルでありながら癒し効果のある指導が際立つ内容です。特に、性別や参加者のスキルに関係なく、誰でも気軽に参加できる点が特徴で、初心者から経験者まで幅広い層に対応しています。

13:15~14:00『オリジナル ステップ』奥永IR

奥永祐己さんは、福岡と山口で絶大な人気を誇るフィットネスインストラクターで、その卓越した指導力と情熱が多くの人々を魅了しています。彼のクラスは、初心者から上級者まで幅広い層に対応しており、特に彼のエネルギーで親しみやすい指導スタイルが高く評価されています。

14:15~15:00『コンディショニング』奥永IR

体のバランスを整え、柔軟性や筋力を高めることを目的としたクラスです。日常生活や他の運動のパフォーマンス向上をサポートし、怪我の予防にも効果的です。初心者から上級者まで、どなたでもご参加いただけます。ぜひこの機会に、体のケアと強化を一緒に行い、より健康的な毎日を手に入れましょう!

15:15~15:45『ディスコワールド』Maho IR

田中真帆さんは、山口県を中心に活躍するヨガインストラクターであり、出張カイロプラクターや美彫骨整体のスペシャリストとしても高い評価を受けています。身体の内面から美を引き出すその技術と指導力は、多くの人々に支持されています。当日は1日限定の懐かしのディスコミュージックに合わせた最高に盛り上げられるクラスを実施!! パワフルでありながら癒しをもたらす指導が際立ち、参加者一人ひとりが最高の体験をすることができます。

16:00~16:45『Group Centergy』Maho IR

今月からクラブに初導入される「Group Centergy」は、ヨガやピラティスをベースにしたトータルボディワークアウトです。柔軟性やバランス、筋力を強化しながら、リラクゼーション効果も得られるセッションで、体と心の調和を目指します。早くも大人気で、初心者から経験者まで楽しめる内容です!

17:45~18:45『Circuit Training』megumi IR

普段からアクアレスン、HIITトレーニング、ボディ・フェイスコンディショニングと、どのメニューでも卓越した指導力で大人気の丸山恵さん。今回は特別開放のために、1日限定のスペシャルセッションを行います! 気になるセッションの内容は、当日まで秘密です...彼女のレッスンは、常に参加者を魅了し、全員に最高の結果をもたらしてくれると評判です。

19:00~19:45『ZUMBA』高嶋 IR

最高の日の締めくくりは、高嶋浩恵さんによるZUMBA! 福岡や山口で大活躍し、常に安心感と安定感があり、次元の高いレッスンを提供してくれる彼女の指導は、まさに信頼と実績の象徴です。その情熱的で洗練された指導スタイルは、一度参加すれば誰もが虜になること間違いなし! 高嶋さんのレッスンは、常に参加者に特別な体験を与えてくれます。

最後の最後まで、特別な1日を彼女と一緒に楽しんでください!

SURPRISE

大人気キッチンカー&ワークショップも開催!!

当日は、大人気のキッチンカーがクラブに登場し、美味しい食事を楽しめる他、ワークショップなども盛りだくさん! スタジオでのレッスンだけでなく、1日を通してさまざまなアクティビティが楽しめる特別なイベントです。さらに、詳細については後日発表予定! ワクワクが止まらない1日を一緒に過ごしましょう! ぜひこの機会をお見逃しなく!

10/14(月) 無料開放!!