

1677名の参加

チャレンジシェイプ2017

大好評!

恒例になっておりますチャレンジ企画。チャレンジシェイプを初開催より、のべ1677名もの参加をしていただいている、イスト恒例の大人気企画です。目標に向かう皆様を、スタッフが全力でサポートします。今の自分を超越するチャンス!

申し訳ございませんが、定員がございますのでとにかくお急ぎ下さい! (お申込みは先着順となります。)

《期間》 10/12(木)~12/12(火) この期間内で、開始日と最終日を任意で決めていただけます。

《参加費》 2160円 インボディ測定2回つき・参加者限定イベントあり

例えば・・・★2ヶ月で〇〇km泳ぐ ★柔軟性の向上・・・など、いつもと異なるトレーニングで今日の自分を超えましょう!

ノルディックウォーキングイベント

11月18日(土) 開催決定!

自然の空気を吸って目と心を癒しましょう

初めての方でも安心。認定インストラクターがポールの使い方から歩き方まで指導します。

今回は、いつもの奈良公園を飛び出して、紅葉狩りを・・・なんて思案中です。詳しくは決まり次第ご案内します。

お楽しみに~! 担当スタッフ 木下

イベントのご案内

※ 各イベント詳細は別途、館内掲示等でお知らせします。ぜひご参加下さいね。

10月5(木)~17日(土) ミニバーゲン

10月29日(日) 30日(月) ハロウィンイベント

11月18日(土) ノルディックウォークイベント

12月7(木)~12日(火) 冬のビッグバーゲン

12月24日(日) 25日(月) クリスマスイベント

1月4日(木)~30日(水) 体験キャンペーン

※ 11月8日(水)に予定しておりましたバスツアーは日程を変更しての開催となりますので、詳細発表まで暫くお待ち下さい。

レッスン情報!

プールで大人気!!『ポールエクササイズ』を増設。金曜日14:30~15:00 / 20:30~21:00 お気軽にご参加下さい。担当 中島

NEWレッスン『シェイプボクササイズ』登場!! エアロピクス+ボクシングでガッツリ汗を! 月曜日19:30~20:10 担当 佐々木

~アワープログラムに関するお知らせ~

これまで、フロント横の掲示板のみでお知らせしておりましたが、「リアルタイムにレッスンの代行を知りたい」とのご要望にお応えし、代行や祝日プログラム等ホームページでご確認いただけるようになりました。是非ご活用下さい。



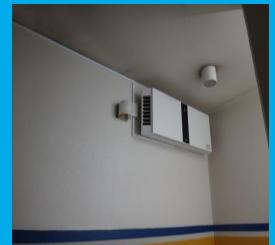
施設メンテナンスのお知らせ

夏季休館日中に、ジム・ラウンジの内装の張り替え等を行いました。

今後も随時、各所の修繕・改良

をすすめてまいります。

ご協力、ありがとうございました。



プールへの階段にプラズマクラスターを設置しました。

駐車場についてのお願い

駐車場につきまして、時間により大変混雑することも多くなり、大変ご迷惑をおかけしております。混雑時にはスタッフが誘導し混雑解消に努めさせていただいております。引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

また、台数に限りがございますので、施設をご利用いただいている時間以外の駐車は、ご遠慮いただきますようお願い申し上げます。

休館日等のお知らせ

12/30(土)~1/3(水) 冬季休館日

1/4(木)

年始イベント(詳細は後日、掲示物にて発表!)

宜しく願い致します。フロントに営業日カレンダーもご用意しております。