

25周年 オープン記念感謝祭 特別プログラム

7月21日(土)

7月22日(日)

	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
10:10	ラジオ体操		ラジオ体操		10:10
10:30					10:30
11:00	コラボエアロ70分	デジタルスイム撮影会	大人気インストラクター スペシャルピラティス	家族遊泳	11:00
11:30	11:00~12:10 小林美代 & MAMI☆	10:30~12:00 小野 今年もDVDにして後日お渡しいたします	10:30~11:30 えみ	10:30~13:00 保護者の方は必ず付き添いをお願いします	11:30
12:00			男性お勧め 骨盤背骨調整ヨガ		12:00
12:30	コラボZUNMA70分	ぴったいスイム	11:40~12:40 早瀬 しのぶ	ウォーキングの最中にコスプレしたスタッフが次々と登場しますお楽しみに	12:30
13:00	12:30~13:40 小林美代 & RYOKO	12:15~13:15 小野 泳ぎと距離とタイムを申告ぴったいで泳げば・・・なんと!	インターバルエアロ		13:00
13:30		速く泳げる、長く泳げる必要なし 自分の申告タイムで泳ぐだけ それがぴったいスイム!	70分	コスプレウォーキング	13:30
14:00	スペシャル ヨガ60		13:00~14:10 小林清美	13:30~14:00 今野&藤沼	14:00
14:30	14:00~15:00 山根美穂	うきうきウォーキング			14:30
15:00		14:30~15:00 ♥ 女性スタッフ ♥	今年も最後は日頃の感謝の気持ちを込めスタッフ全員でアクアビクス コーチ・フロント・厨房 みんなでやります プールに全員集合!	全員アクアビクス 特別バージョン	15:00
15:30	田村・小野島をメインに他のスタッフも次から次と登場します	田村・小野島 ドSバイバイ		14:30~15:30 スタッフ全員	15:30
16:00		15:15~16:00	汗をかいたら冷え冷えのビールで乾杯! さぁお食事処へ集合! 最後はビンゴで運試し!!		16:00
16:30	土曜日の目玉イベント NOMAダービー				16:30
17:00	16:30~18:00 お食事処に集合 勝つのは誰だ! 予想してNOMAスタッフを叱咤激励!		日曜日の目玉イベント 大ビンゴ大会		17:00
17:30			16:00~17:00 豪華賞品用意しています お食事処へ集合!		17:30
18:00	NOMAスタッフが様々な競技で対決! さて、誰が勝つのか! それを予想するゲーム! 賭けてもらった方のためNOMAスタッフが真剣に勝負します! 爆笑・絶叫間違いなし		25周年記念感謝祭イベント多数!		18:00
18:30			その1 館内施設レッスン全て無料開放!		18:30
19:00	覚悟の上に参加せよ!	恒例NOMA番長 福士 鈴衣子	その2 お食事処限定メニューで半額以下		19:00
19:30	ボクシングエアロ	ボクシングエアロ	その3 特別コラボレッスンなど多数あり!		19:30
20:00	19:00~20:10 番長 福士鈴衣子	今年は特攻隊長 中村ひろみが参戦 激汗! 爆音! 最高潮の80分!	その4 ダービー・ビンゴ等々イベント開催		20:00
20:30	副番長 中村ひろみ		その5 生中特別価格&ドリンクバー飲み放題		20:30
21:00	明日もあるぞ感謝祭! 一風呂浴びて食事して明日も来てね				21:00
21:30	おかげさまでNOMAフィットネスクラブは25周年を迎えることができました。感謝の気持ちを込め、2日間盛大なイベントを開催し、皆様をお迎えいたします。ご家族お友達をお誘いあわせの上是非お越しください。 NOMAスタッフ一同				21:30
22:00					22:00

※レッスンやイベントは予定ですので変更する場合があります。ご了承ください。

