

オープンデifestiバル ~美・健康の先にある充実感~

イベント・レッスンスケジュール 2014年3月30日(日) 10:00▶19:00 (最終チェックイン18:30) リバティヒルクラブ お問合せ03-5731-5731

		10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	
予約直通電話 03-5731-5731	GYM ジム	ボディメトリクスを使ったマンツーマン指導「YAWARA」 10:15▶18:30 30分 3,150円										
	STUDIO スタジオ (最終受付16:45) 無料	01 ファイティング エクササイズ 10:30▶11:30	02 HUGOバンドEX 11:45▶12:45	03 シェイプエアロ 13:00▶14:00	04 "Shall We Dance?" ソシアルダンス 14:15▶15:15	05 美Bodyウォーキング de 美脚美人 15:30▶16:30	06 身体引き締め エクササイズ 16:45▶17:45					
	DO-JO ドージョー (最終受付17:15) 無料	07 カラダすっきり ヨガ 10:45▶11:45	08 若返り ストレッチ 12:00▶12:45	09 頑張れ! お腹!! 13:00▶13:20	10 はじめての ピラティス 13:45▶14:30	11 しなやかなカラダを創る!! 柔心体メソッド 15:00▶16:00	12 アロマが香る ストレッチ 17:15▶18:00					
	POOL プール 無料	レッスン以外にもプールをご利用頂けます。 10:00▶18:30										
	TENNIS テニス (最終受付17:30)	佐藤博康プロ アクティブテニスレッスン 10:30▶12:20(110分)¥3,780		佐藤博康プロ アクティブテニスレッスン 12:50▶14:40(110分)¥3,780		レンタルコート 15:00▶18:00 30分 ¥1,575						
	GOLF ゴルフ (最終受付18:00) 日下部光隆プロスペシャルレッスン(60分) ¥5,250 プライベートレッスン30分 ¥2,100 ゴルフフリー打席30分 ¥525	はじめての美しい ゴルフフォーム 10:30 11:00 ▶11:00 ▶11:30	日下部光隆プロ スペシャル ゴルフレッスン 11:45▶12:45	美しい 飛距離を フォーム アップ ショット 13:00 13:30 14:00 ▶13:30 ▶14:00 ▶14:30	日下部光隆プロ スペシャル ゴルフレッスン 14:45▶15:45	飛距離をコントロール アップ ショット 16:00 16:30 17:00 ▶16:30 ▶17:00 ▶17:30	はじめての美しい ゴルフフォーム アップ 17:30 18:00 ▶18:00 ▶18:30	ゴルフフリー打席				
	JC SALON JCサロン (最終受付17:40) 無料	自由が丘クリニック特設サロン スキンチェック(所要時間:約15分) 11:00▶18:00										
	TOUCH SPA タッチスパ (最終受付18:00)	10:30▶18:30 【レッグケア】リフレクソロジー(30分 ¥2,625) 【ボディケア】アロマトリートメント(30分 ¥3,675) / マッサージ(30分 ¥3,150) 【フェイシャル&ヘッドケア】Men'sフェイシャル(30分 ¥2,940) / Women'sフェイシャル(30分 ¥3,675)										
	ご予約不要	LOUNGE FIGARO ラウンジフィガロ (ラストオーダー18:30)	当日限定!春のランチビュッフェ!! 11:30▶15:30 60分 ¥1,470					16:00▶17:00		花結い師 TAKAYAによる アートパフォーマンス		

*お食事・スペシャルイベントのご予約は必要ございません。

15:30~19:00は、通常メニュー・ドリンクをご利用頂けます。