

# VISTA WELLNESS GX

|    |  | 월 | 화 | 수 | 목 | 금 | 토 | 일 | 대상 및 제한인원                  | 비 고                              |
|----|--|---|---|---|---|---|---|---|----------------------------|----------------------------------|
| 1  | 오전 파워 스트레치<br>08:00~08:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유) | ● |   |   |   |   |   |   | 비스타 투숙객<br>17세 이상 /<br>10명 | 실내운동 /<br>거리두기 2단계 이상 시<br>운영 안함 |
| 2  | 오후 파워 스트레치<br>21:00~21:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유) |   |   |   |   | ● |   |   |                            |                                  |
| 3  | 오전 필라테스<br>08:00~08:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유)    |   |   |   | ● |   |   |   |                            |                                  |
| 4  | 오후 필라테스<br>21:00~21:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유)    |   |   |   |   |   | ● |   |                            |                                  |
| 5  | 폼롤러 & 릴렉싱<br>21:00~21:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유)  | ● |   |   |   |   |   |   |                            |                                  |
| 6  | 힐링 바디 테라피<br>21:00~21:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유)  |   | ● |   |   |   |   |   |                            |                                  |
| 7  | 머슬 플로우<br>21:00~21:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유)     |   |   |   | ● |   |   |   |                            |                                  |
| 8  | 오전 코어 퍼포먼스<br>08:00~08:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유) |   |   |   |   | ● |   |   |                            |                                  |
| 9  | 오후 코어 퍼포먼스<br>21:00~21:50<br>@비스타 피트니스 GX룸 (유) |   |   |   |   |   |   | ● |                            |                                  |
| 10 | 스카이야드 힐링 요가<br>17:00~17:50<br>@S스카이야드 (유)      |   |   |   |   | ● |   |   |                            |                                  |

※ 비스타 웰니스 프로그램은 비스타 워커히 투숙객 전용이며, 17세 이상부터 참여 가능합니다.

※ 모든 프로그램은 사전예약제로 운영됩니다. (최소 2명이상, 최대 10명이하)

※ 예약 취소는 하루 전 오후 6시까지 가능합니다.

※ 정원 미달 & 초과시 예약 또는 당일 현장 입장이 불가할 수 있습니다.

※ 실내 프로그램의 경우 사회적 거리두기 2단계 이상 시 운영이 제한됩니다.

※ 예약 및 문의: 02-2022-0450 (6:00 ~ 22:00)