



2024年7月15日（月） 祝日スケジュール 6/24改訂版 【一之江店】

9:00	プール	エアロビクス・マーシャルスタジオ	ヨガ・ピラティススタジオ	マルテスタジオ	9:00
10:00	¥550(税込) 定員:40名 水泳 大谷むつみ 10:00~10:30		定員:30名 ヨガ・ピラティス 上園美千代 10:00~10:30	¥550(税込) 定員:30名	10:00
11:00	¥550(税込) 定員:20名 水泳 大谷むつみ 10:45~11:15	初心者の方大歓迎!!~ NAGISA ¥550(税込) 定員:40名	姿勢改善ヨガ 上園美千代 10:35~11:20	太極拳(初級) 田農 10:30~11:30	11:00
12:00		フィットネス NAGISA 11:15~12:00	¥550(税込) 定員:30名	¥550(税込) 定員:30名	12:00
13:00		¥550(税込) 定員:40名 ワークアウト 大谷むつみ 12:15~13:15	¥550(税込) 定員:30名	太極拳(中級) 田農 11:40~12:40	13:00
14:00	NEW!! ¥550(税込) 定員:20名 水泳 鮎川喜美江 14:00~14:30	¥550(税込) 定員:40名 キッズ 伊藤那未 13:40~14:30	ヨガ ひびきの(上半身) 櫻井洋介 13:00~13:30		14:00
15:00		¥550(税込) 定員:40名			15:00
16:00		ヨガ 柴田朱美 14:50~15:50			16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00	定員:20名 水泳 前川久美子 18:45~19:15				19:00
20:00					20:00

祝日営業時間: 9:00~20:00 (スポーツ施設の終了は19:45です。)

【予約方法について】  
 無料・有料関係なくすべてのレッスンにおいてWEBでご予約をいただきます。  
 受付開始日は6/25 8:00からとなります。  
 WEBでの予約方法につきましては別紙でご案内いたします。

- ※  は初心者・体力に自信のない方向けのレッスンです。
- ※  は有料レッスンです。フロントにて別途お申込みをお願いします。
- ※ レッスン内容や担当者は都合により変更する場合がございます。

ご不明な点がございましたらお問合せください 一之江店 電話 03-3651-4848