

6/24 改訂

2024年7月15日(月) 祝日営業スケジュール

【鷺沼店】

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ	
	無料：白抜き+マーク ( 🍷 ) 有料レッスン：ピンク (全て550円) ・ブルー太枠 (1,100円～)			
9:00				9:00
		社'リイア@ストレッチ 李一美 9:20~9:40		
10:00		楽しくしっかり 社'リイア@功習イ 李一美 9:50~10:50 ¥550		10:00
	ウォーター・イン・モーション プラチナ30 落合玲奈 10:30~11:00 ¥550			
11:00			初級'キヨガ 60 三島くみこ 11:00~12:00 ¥550	11:00
		ハ'ワ-カデ'イ 李一美 11:10~12:10 ¥550		12:00
12:00				
		太極拳(上級) 野田康太 12:30~13:30 ¥550		13:00
13:00			カ'ガ'改善 西村海 13:15~14:00 ¥550	14:00
14:00		★		
		外E 中尾桂子 14:00~15:00 ¥550	新five707-ストレッチ45 西村海 14:15~15:00 ¥550	15:00
15:00				
		★ マルチステップ ~初中級~ 山口達 15:20~16:30 ¥1,100 定員12名	ベ-ジックバレエ 佐々木蘭子 15:15~16:15 ¥550	16:00
16:00				
			ポ'ワ'ト 佐々木蘭子 16:30~17:10 ¥1,100	17:00
17:00				
		イ'ユ'タ'ガ 齊藤綾乃 17:15~18:30 ¥550		18:00
18:00				
19:00				19:00
20:00	★ ... WEB予約順での入場となります。			20:00

【祝日レッスンのご予約について】  
 ・当クラブの会員様(プラス1会員、プラスA会員を含む)以外の外部の方のご予約は、当日フロントにてご予約を受付いたします。  
 ・外部の方がご参加される際は、参加費とは別途2,200円(税込)の施設利用料がかかります。当日フロントにてお支払いください。

■マルチステップ~初中級~ 担当：山口達  
 ステップ台を1人2台使用して、エキサイティングなステップを楽しみましょう。レベルは初中級程度です。

■ポワント 担当：佐々木蘭子  
 トウシューズの基礎から行っていくクラスです。ベーシックバレエのご参加が必須となります。

ご不明な点がございましたらお問い合わせください。 鷺沼店 TEL 044-853-0001