

2024年8月レッスンスケジュール

【改訂版】

メンテナンス休館 8/11~8/15

【所沢店】

時間	月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			土曜日			日曜日			
	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	
10:00					9:40~10:00 社'リテイア'ストレッチ 千葉楓 定員:25名													定員:25名	
11:00			ヨガインナー 永堀都子 10:05~10:50																ベ'ン'クステップ 井上裕史 9:40~10:20
12:00	スイミングスクール 鈴木さやか 10:45~11:45	[8/5・19] ZUMBA@45 [8/26] ヨガ'45 TONI 11:05~11:50	[8/5・19] ピ'ライズ [8/26] ホ'ビ'ライズ 永堀都子 11:05~11:50																ヨガ'45 HARU 10:10~11:25
13:00	スイミングスクール 鈴木さやか 12:00~12:30	[8/5・19] フィット'45 緑川等美 12:20~13:05	[8/20・27] フィット'45 TONI 11:00~11:45																外'入 井上裕史 10:30~11:30
14:00	スイミングスクール 鈴木さやか 12:45~13:45	定員:25名																	定員:5名
15:00																			【8/4】 ヨガ'45 HARU 11:45~12:30
16:00																			【8/25】 血流改善 足踏み健康法 白善正代 13:20~14:20
17:00																			【8/4】 ヨガ'45 HARU 10:10~11:25
18:00																			【8/25】 血流改善 足踏み健康法 白善正代 13:20~14:20
19:00																			【8/25】 血流改善 足踏み健康法 白善正代 13:20~14:20
20:00																			【8/25】 血流改善 足踏み健康法 白善正代 13:20~14:20
21:00																			【8/25】 血流改善 足踏み健康法 白善正代 13:20~14:20
22:00																			【8/25】 血流改善 足踏み健康法 白善正代 13:20~14:20

は初心者・体力に自信がない方向けのレッスンです。無料でご参加いただけます。Webサイト「クービック」にて予約をお願いします。
 は有料レッスンです。ご参加の際はフロントで受付いたします。
 は有料レッスンです。1回550円です。Webサイト「クービック」にて予約できます。
 は有料レッスンです。1回1,100円です。「クービック」にて予約できます。

クービック予約登録

・祝祭日のスケジュールは別紙にてご案内いたします。
 ※イベント泳法の内容は担当インストラクターが決定いたします。
 詳しくは担当インストラクター、スタッフまでお問合せ下さい。