

2024年9月スケジュール

無料 初心者向け レッスン 550円(税込) レッスン 1,100円(税込) レッスン 有料レッスン フロント受付 キッズ スクール 月替わりレッスン 【鶴瀬店】

	月曜日			火曜日			水曜日		
	スイミング	フィットネス	ヨガ	スイミング	フィットネス	ヨガ	スイミング	フィットネス	ヨガ
9:00									オリジナルレッスン
10:00		かぶ ひきしめ30 町田崇々美 9:30~10:00		泳ぎこみ500 原奈美 9:40~10:10 10:20~10:50			キッズ プログラム 町田裕美子 9:30~10:15		
11:00		おびんづな175 花村愛子 (RAD R'S登録教 師) 10:15~11:30		9/2・30 血液改善 足もみ健康法 白善正代 10:15~11:15 ※定員12名			バスケットボール 10:00~11:00		
12:00		11:45~12:30 9/2・30 BODYATTACK45 UBOUND45 町田崇々美		ピラティス 70-87 花村愛子 11:40~12:25			スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
13:00		外反 横竹美季 12:45~13:45		水慣れ 原奈美 13:00~13:30			スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
14:00		7-16 内村恵美 14:00~14:30		9/10 ハイレベルダンス45 宇野真奈 13:05~13:50			スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
15:00		平泳ぎ 内村恵美 14:00~14:30		3日：身体ほく し・浮く 10日：しずむ 17日：スター 24日：バランス			スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
16:00		カズ スイミングスクール 15:00~15:50		カズ スイミングスクール 15:00~15:50			スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
17:00		カズ スイミングスクール 16:00~17:00		カズ スイミングスクール 16:00~17:00			スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
18:00		カズ スイミングスクール 17:15~18:15		カズ スイミングスクール 17:15~18:15			スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
19:00							スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
20:00							スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
21:00							スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		
22:00							スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回		

	金曜日			土曜日			日曜日		
	スイミング	フィットネス	ヨガ	スイミング	フィットネス	ヨガ	スイミング	フィットネス	ヨガ
9:00									オリジナルレッスン
10:00									
11:00									
12:00									
13:00									
14:00									
15:00									
16:00									
17:00									
18:00									
19:00									
20:00									
21:00									
22:00									

3日：身体ほくし・浮く
10日：しずむ
17日：スタート
24日：バランス

月1開催☆

※V-クラスに
参加された方
限定

定員10名

4日：姿勢と
ブル
11日：呼吸の
形18日：ブル
と呼吸
25日：キック

クーポンアプリダウンロードはこちら

iPhone用 Android用



※スタジオへのご整理は前レッスン終了の10分前からとなります。
※朝一番のレッスン、及び空き時間の間隔が1時間以上あるレッスンは
15分前から整理となります。
※整列時、及びスタジオ内の荷物を置いている場所取りはご遠慮ください。
※レッスン中の退室は、安全のためご遠慮ください。(怪我や体調不良の場合を除く)
※祝祭日のスケジュールは、別紙にてご案内いたします。
※定員数(器具を使用するレッスンは定員数が異なる)
フィットネススタジオ 35名 ウェルネススタジオ 20名

営業時間【月・火・水・金】9:00~22:00【土】9:00~21:00【日・祝日】9:00~20:00
〒354-0024 埼玉県富士見市鶴瀬東2-22-25 ☎ 049-268-7575