

# 2024年 10月祝日営業改訂版レッスンスケジュール

## 2024年10月14日(月)改訂版

9:00	スイミングプール	フィットネススタジオ 【1F】	ウェルネススタジオ 【2F】	アリーナ 【2F】	9:00		
10:00					気功法 劉嘉 9:30~10:30	10:00	
	パーソナルケア 町田裕美子 10:15~10:45						
11:00					陳式太極拳 精要十八式 (中級) 劉嘉 10:40~11:40	11:00	
	スタート&ターン 川岸冬輝 11:00~11:45	バンドトレーニング 齋藤圭輔 11:10~11:40					
12:00	プライベート 川岸冬輝 12:00~12:30	みんなで筋トレ 齋藤圭輔 11:50~12:20			12:00		
	プライベート 川岸冬輝 12:40~13:10			卓球 12:00~13:15	13:00		
13:00		ユー・アウト 45 田島里佳 13:00~13:45					
					14:00		
14:00		オリジナルヨガ Kumi 14:00~15:00		インディアカ 13:35~14:50	14:00		
					15:00		
15:00		K-POP カバーアレンジダンス Kumi 15:15~16:15					
16:00					16:00		
	キッズスイミングスクール 15:00~18:20				17:00		
17:00							
			キッズチャレンジスクール 16:00~19:00		18:00		
18:00							
					19:00		
19:00							



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

2,200円(税込)  
レッスン