

# 2025年 1月祝日営業レッスンスケジュール

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

フロント受付  
有料レッスン

## 2025年1月3日(金)

## 2025年1月13日(月)

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】
<b>営業時間 10:00~18:00</b>				
10:00			2025	
11:00		のびのびボディ 阿部光恵 10:30~11:00		
11:00	バレーボール 町田裕美子 11:15~11:45	オリジナルヨガ Kumi 11:15~12:15		
12:00				
13:00		K-POPオリジナルダンス Kumi 12:30~13:30		
14:00				
15:00				
16:00				
17:00				
18:00				
19:00				

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
10:00	バレーボール 町田裕美子 10:15~10:45				
11:00		バントレーニング 齋藤圭輔 11:10~11:40		陳式太極拳 精要十八式 (中級) 劉嘉 10:40~11:40	11:00
12:00		みんなで筋トレ 齋藤圭輔 11:50~12:20			12:00
13:00				卓球 12:00~13:15	13:00
13:00		ユバウト'45 田島里佳 13:00~13:45			
14:00				インディカ 13:35~14:50	14:00
15:00					15:00
16:00					16:00
17:00				キッズサッカースクール 15:20~16:20	17:00
18:00		ファイト'45 須山幸夫 17:30~18:15			18:00
19:00					19:00