

2025年1月レッスンスケジュール ※土曜 15:50~ 竹内京子 ホートクスに変更 月曜 12:00 佐藤理恵 背泳ぎに変更 金曜 永田由香里 ホテワーク 11:45~/ ステップアップハレ 13:10~に変更 【改訂版】【大倉山店】

	月曜日				火曜日				水曜日				金曜日				土曜日				日曜日							
	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名				
9:00																												
10:00			太極拳(入門) 野田康太 9:30~10:30																									
11:00	スイミングスクール(中級) 佐藤理恵 定員:12名 10:15~11:15	ダンスフィット 竹ヶ原佳苗 10:30~11:30		卓球専用タイム 9:30~11:30	アット 7745 俣野映子 10:30~11:15	42式太極拳 李静遠 10:00~11:00			スイミングスクール(中級) 太智直子 定員:12名 10:15~11:15	太極拳(中級) 呉静 10:45~11:45	おしんヨガ60 竹内典子 10:45~11:45	卓球専用タイム 9:30~11:30					おしんヨガ 加藤剛 10:15~11:30	調整 & ステップアップ 竹内典子 10:00~11:00										
12:00	プライベート 佐藤理恵 11:20~11:50		ヨガ HARU 10:50~12:05		プライベート 太智直子 定員:12名 11:50~12:20	32式太極拳 李静遠 11:10~12:10											フィットウ45 鳴海雄人 11:15~12:00	おしんヨガ 加藤剛 10:15~11:30										
13:00	背泳ぎ 佐藤理恵 12:00~12:30																											
14:00	スイミングスクール(初級) 佐藤理恵 定員:12名 12:40~13:40	ダンスフィット 須賀保男 定員:30名 13:00~13:30			ヨガ HARU 12:30~13:30	ヨガ HARU 12:30~13:15																						
15:00																												
16:00	スイミングスクール 【ブレックス/キッズ】 15:00~16:00																											
17:00	スイミングスクール 【ジュニア】 16:10~17:10																											
18:00	スイミングスクール 【ジュニア】 17:20~18:20																											
19:00																												
20:00																												
21:00																												
22:00																												

※ レッスン内容や担当者は都合により変更・休講となる場合がございます。  
 ※ 祝祭日のスケジュールは別紙、及び専用予約サイトにてご案内いたします。  
 ※ 予約済レッスンに並んでお待ちになる際は、開始20分前よりスタジオ前にお並びください  
 ※ 各スタジオの入場順はWEBの方から優先のご入場になります。その後、当日でのご参加の方を案内致します。  
 ご不明な点がございましたらお問い合わせください 大倉山店 電話 045-533-4848

毎月25日より 予約専用サイトにて承ります。  
 白:無料 / グレー:550円 / 太極:1,100円  
 黒:パーソナル・スクール・プライベート等  
 フロントにてお申込み

1/11のみイベント開催決定!!  
 12/25~予約サイトにて受付開始!  
 会員様:550円  
 外部の方:1,100円+施設使用料2,200円

ハレハレのみのご参加は可能!

センターからのご参加はいただけません。ハレハレからご参加をお願いします。

ホートクスからのご参加はいただけません。ハレハレからご参加をお願いします。

卓球専用タイム

1/19のみ  
13:30~14:30  
平泳ぎ&700-  
14:45~15:45  
700-1700-  
馬場浩希  
金額:1,650円  
定員:40名

1/20のみ  
19:00~20:00  
1/20のみ  
19:45~20:30

1/20のみ  
19:00~20:00  
1/20のみ  
19:45~20:30

1/20のみ  
19:00~20:00  
1/20のみ  
19:45~20:30

1/20のみ  
19:00~20:00  
1/20のみ  
19:45~20:30