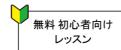
2025年1月 レッスンスケジュール【与野店】



550円(税込) レッスン イベントレッスン

1,100円<sub>(税込)</sub> レッスン 1,650円<sub>(税込)</sub> レッスン フロント受付 有料レッスン

Zl	JZ5年I	月 レツ	スンス	くケジュ	ールし	与野占				レッスシ	イベントレッスン	レップ	スシ	レッスン	有料レッスノ	1
	月曜日 ★全レッスン予約制★						火曜日 ★全レッスン予約制★					水曜日 ★全レッスン予約制★				
	スイミング゛プ゜ール				ファンクショナルソ゛ーン	スイミンク゛フ゜ール			71/- <del>1</del>	ファンクショナルソ゛ーン	スイミング・プ・ール	7~**\*\`\	ウェルネススタシ゛オ	7IJ- <del>†</del>	ファンクショナルソ゛ーン	
9:00	※プールとアリーナの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。															9:00
10:00	ጎ' –>ックアクア	※右下参照 */リジナルヨガ リラクセーションヨガ		気功法 劉嘉 9:30~10:30	初級4泳法 中上級4泳法 【週替わり】 11:00~ 11:45									のびのびボディ 鈴木文子 9:40~10:10		10:00
11:00	町田裕美子 10:15~10:45 ※右記参照 初級4泳法 「週替わり」 川岸冬輝	骨盤33 阿部光恵 10:00~11:00	バンドトレーニング 齋藤圭輔	陳式太極拳 精要十八式 (中級) 劉嘉 10:40~11:40	1/6(月) 1/7(火) バタフライ	※左記参照 中上級4泳法 【週替わり】 川岸冬輝	がかけばか 永安会里佳 10:15~11:15				スタートウォーク 富永美野 10:30~11:00 初級背泳ぎ 富永美野	オリシ・ナルコカ・ 柴田朱美 10:15~11:15		太極拳(初級) 田震 10:30~11:30		11:00
12:00	11:00~11:45 アライペート 川岸冬輝 12:00~12:30	IJŀĒX SUGURU 11:30∼12:30	11:10~11:40 みんなで筋トレ 齋藤圭輔 11:50~12:20	M	1/14(火) 背泳ぎ 1/20(月)	11:00~11:45 ブライパート 川岸冬輝 12:00~12:30	7/57/7 3 h 永安会里佳 11:30~12:15	<b>*</b>	講情報		11:15~11:45 スイミンク・スクール 冨永美野	ペーシックPlus 柴田朱美 11:30~12:15	L* テティス60 鈴木文子 11:30~12:30	太極拳(上級) 田震 11:40~12:40		12:00
13:00	プライパート 川岸冬輝 12:40~13:10	時間: 1-パウント゚45 田島里佳 13:00~13:45	新five707-ストレッラ 冨永美野 【定員:15名】	12:00~13:15	1/21(火) 平泳ぎ - 1/27(月) 1/28(火)	ブライパート 川岸冬輝 12:40~13:10	UNTZ	1/7(火)	の オリジナルヨガ 加藤剛		12:00~13:00	77化* ウ45 田島里佳 12:45~13:30	プライペート SHiNKO 13:10~13:40	パト゚ミントン 13:00∼14:15		13:00
14:00 15:00		1/6(月) 9:30~10:30		インディアカ 13:35~14:50	クロール		<b>小</b> 玩 <b>柴田朱美</b> 13:20~14:20				5分延定員88	名に増員	体幹トレーニング SHINKO 13:50~14:50	13.00 - 14.13		14:00
16:00		10:40~11:40	<b>陳式太極拳</b> 劉嘉		毎週月曜日 10:00~				レンタルタイム 【要事前予約】			時間変更	バレエセミセッション SHiNKO 15:00~16:30			16:00
17:00	‡ッス゚スイミンク゚スクール 15:00~18:20			<u>+</u> カス <sup>*</sup> サッカースクール 15:20~18:40	11:00 1/6(月) オリシ・ナルヨカ・ 1/20(月) リラクセーションヨカ・ ※ご参加の際は	キッズ <sup>*</sup> ズイミング <sup>*</sup> ズクール 15:00~18:20	キッズ* <b>ケ</b> * ンズスケール (シ* ユニア) AYANO	<u>−</u> キッズパルシューレ スクール 15:15~19:00			‡ッス゚スイミンク゚スクール 15:00~18:20	時間変更	7' 7/1' -⊦ SHINKO 16:40∼17:10			17:00
18:00			+yス゚チアタ゚ンススクール 16:30~19:30	,	大きいがスタルをご持参ください。		17:00~18:00	<u> </u>  -	レンタルタイム 【要事前予約】 17:00~18:30				毎週水曜日 19:15~ 20:00	‡ንズ バ スケን⊦ボ ール スワール 15:30~20:00		18:00
19:00 20:00							へ。ア <u>キルッスン</u> スタートスデップ 塩野貴之 19:15~19:45				隔	J-POPオリシ <sup>*</sup> ナルタ*ンス K-POPオリシ*ナルタ*ンス Kuml 19:15~20:00	奇数週 1/15・1/29 J-POP 偶数週 1/8・1/22			19:00
21:00		【ペア割レッスン】 対象のレッスンに2本まとめて550F ご参加いただけます!		M.c.	ラディカルパワー 塩野貴之 20:00~20:40		- レンタルタイム 【要事前予約】 19:30~21:00			K-POP カハ* -アレンシ* タ* ンス Kuml 20:10~21:10		パスケットポール 20:00~21:15		21:00		
22:00		※1レッスン参加の場合は550円となり ※クービックのご予約は2本まとめ													22:00	

無料 初心者向け 550円(税込) 550円(税込) 1,100円(税込) 1.650円(税込) フロント受付 2025年1月 レッスンスケジュール【与野店】 レッスン 有料レッスン レッスン イベントレッスン レッスン レッスン 金曜日 土曜日 日曜日 ★全レッスン予約制★ ★全レッスン予約制★ ★全レッスン予約制★ スイミング゛プ゜ール フィットネススタシ゛オ ウェルネススタシ゛オ スイミング プール フィットネススタシ オ ウェルネススタシ゛オ スイミング プール フィットネススタジ オ ウェルネススタシ゛オ アリーナ ファンクショナルソ゛ーン ファンクショナルソ゛ーン ファンクショナルソ゛ーン 9:00 ※プールとアリーナの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。 ※プールとアリーナの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます ※プールとアリーナの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。 陳式太極拳 10:00 10:00 精要十八式(中級) ┫のびのびボディ 太極拳(初級) 井上裕史 9:45~10:45 オリシ・ナルヨカ・ 川崎智佳子 9:45~10:45 10:00~10:30 9:40~10:40 初級平泳き 冨永美野 がかけるが 永安会里佳 11:00 11:00 陳式太極拳 イシュタヨカ゛ 精要十八式 ZUMBA@45 10:35~11:50 劉嘉 10:45~11:45 三木洋子 11:00~11:45 井上裕史 11:00~12:00 齋藤圭輔 11:15~11:45 7 71 1 冨永美野 11:30~12:00 11:50~12:05 12:00 12:00 クロスコア パト゚ミントン 11:30~12:45 11:30~12:45 ‡ッス゚スイミンク゚スクール 9:30~15:10 レック⁺ C 時間延長 12:10~12:25 パト\*ミントン 12:00~13:15 はじめてフラダンス 井上裕史 12:15~13:15 時間変更 13:00 13:00 リトモス KAMAL 新five707-ストレッチ 冨永美野 【定員:15名】 13:00~14:00 12:45~13:45 休講情報 卓球 13:00~14:15 1/10(金) **小**tス 井上裕史 13:30~14:30 14:00 14:00 9:40~10:40 陳式太極拳(中級) 10:45~11:45 陳式太極拳(上級) 劉嘉 はじめてフラダンス 14:10~15:10 1/11-1/18-/パレーポール 14:15~15:30 1/5(日)限定 井上裕史 1/31(金) 1/25 15:00 15:00 パレエスクール 川久保博子 12:45~13:45 リトモス KAMAL 竹内愛 14:40~15:30 ルゼス 柴田朱美 トータル・イマージョン スイミング 15:10~16:10 15:00~16:00 キッス゛バレエスクール 井上裕史 15:25~16:10 レンタルタイム 【要事前予約】 15:40~16:40 料金2,200円 16:00 16:00 (キッズ) 岡部麻美 ユーバウンド45 1゚ア割レッスン 15:30~16:30 パレエパリエーション 川久保博子 16:10~16:40 【要事前予約】 15:30~17:00 kaito Meridiancare &Breath 16:00~16:45 ‡ッス゚スイミンク゚スクール 15:00~18:20 柴田朱美 16:15~17:00 キッズバレエスクール (ジュニア゙エ ) 岡部麻美 1/11(土) 17:00 17:00 1/25(土) ファイドウ45 16:30~17:30 kaito 17:00∼17:45 パト\*ミントン 16:50~18:05 キッス゛バレエスクール 18:00 18:00 岡部麻美 17:30~18:30 キッス゛ハ゛スケットホ゛ール スクール 17:30~19:30 キッス゛バレエトゥシューズ レゥスン 19:00 19:00 ※各スタジオは定員になり次第、入場終了となります。 ※ただし、安全管理・スペースの都合によりご参加いただけない場合もございます。 ※スタジオへの整列は前レッスン終了の5分前からとなります。 フットサル 19:00~20:30 ※朝一番初めのレッスン、及びレッスン間隔が1時間以上あるレッスンは20分前より 20:00

パト゚ミントン 19:45~21:00

21:00

22:00

【ファンクショナルゾーンレッスンについて】

※ショートレッスン間はお客様の入れ替え等はいたしません。

|※ショートレッスン間はお各様の人れ替え寺はいたしません。 ※レンタルタイムをご利用際は別途(3,300円/1枠)お支払いが必要となります。 ※サークルのご予約はフロントにございます、台帳にご記名ください。 ※祝祭日のスケジュールは、別紙にてご案内いたします。 ※レッスンの詳細、料金表は別紙にてご案内いたします。 ※レッスン内容や担当者は都合により変更する場合がございます。

※全て定員制・事前予約制のレッスンです。定員は別紙にてご案内いたします。

整列可能です。