2025年2月11日(火)祝日営業スケジュール　【鷺沼店】

プール	Fスタジオ	Wスタジオ
無料：白抜き+マーク（ ）	有料レッスン：ピンク（全て550円）・ブルー太枠（1,100円～）	
ﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄｽｲﾑ（30分）　JULI 13：20～13：50	ｶﾗﾀﾞ ひきしめ(ﾄｰﾀﾙ) 佐藤奈緒 10：30～11：00	ベーシックバレエ 片山葉子 11:00～12:00 ￥550
ﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄｽｲﾑ（30分）　JULI 13：50～14：20	ベーシック 永堀郁子 12：20～13：05 ￥550	バリエーション ～パキータより第三バリエーションを踊ろう～ 片山葉子 12：15～13：15 ¥1,650
ﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄｽｲﾑ（30分）　JULI 14：20～14：50	ｵﾘｼﾞﾅﾙｼﾞｬｽﾞﾀﾞﾝｽ 江夏淳 ｼﾞｬｽﾞﾀﾞﾝｽｽﾀｼﾞｵ 13：20～14：35 ￥550	
ｽｲﾐﾝｸﾞｽｸｰﾙ （中級） JULI 15：00～16：00		中国舞踊入門 富煌霞 14:30～16:00
		ピラティス45 真砂史郎 16：30～17：15 ¥550

★… WEB予約順での入場となります。

【祝日レッスンのご予約について】
・当クラブの会員様(プラス1会員、プラスA会員を含む)以外の外部の方のご予約は、当日フロントにてご予約を受付いたします。
・外部の方がご参加される際は、参加費とは別途2,200円(税込)の施設利用料がかかります。当日フロントにてお支払いください。

■バリエーション～パキータより第三バリエーションを踊ろう～　　担当：片山葉子
振り付けを覚えて、みんなで一つの作品を踊りましょう♪

■プライベートスイム（30分）　　担当：JULI
泳ぎのお悩みを一緒に解決します。自分に合った泳ぎ方を習得しましょう。
ご予約は、フロントにて承ります。
金額：4,125円（税込）

ご不明な点がございましたらお問い合わせください。　鷺沼店　TEL　044-853-0001

2025年2月24日(月)祝日営業スケジュール　【鷺沼店】

プール	Fスタジオ	Wスタジオ
無料：白抜き+マーク（ ）	有料レッスン：ピンク（全て550円）・ブルー太枠（1,100円～）	
アクアダンス45 松浦翼＆倉田幸 10：00～10：45 ¥1,100	太極拳（上級） 野田康太 9：30～10：30 ￥550	
アクアサーキット45 松浦翼＆倉田幸 11：00～11：45 ¥1,100	オリジナルヨガ60 三島くみこ 10：45～11：45 ¥550	ｶﾗﾀﾞ ひきしめ(ﾄｰﾀﾙ) 辻丸雄貴 10：50～11：20
ツールでウォーク＆リラックス 松浦翼＆倉田幸 12：05～12:35 ¥550	UBOUND 江藤悠 12：00～13：00 ￥550	
	パワーカーディオ 大谷むつみ 13：20～14：20 ￥550	イシュタヨガ 斉藤綾乃 13：30～14：45 ￥550
ｳｫｰｷﾝｸﾞ・ｲﾝ・ﾓｰｼｮﾝ ﾌﾟﾗﾁﾅ30 落合玲奈 14：00～14:30 ¥550		
	ファイドウ45 大谷むつみ 14：40～15：25 ￥550	カラダ改善 西村海 15：00～15：45 ¥550
	ﾏﾙﾁｽﾃｯﾌﾟ ～初中級～ 山口達 15：40～16：50 ¥1,100 定員12名	新fiveﾌﾛｱｰｽﾄﾚｯﾁ45 西村海 16：00～16：45 ¥550
		ベーシックバレエ 佐々木繭子 17：00～18：00 ￥550
		ポワント 佐々木繭子 18：15～18：55 ¥1,100

★… WEB予約順での入場となります。

【祝日レッスンのご予約について】
・当クラブの会員様(プラス1会員、プラスA会員を含む)以外の外部の方のご予約は、当日フロントにてご予約を受付いたします。
・外部の方がご参加される際は、参加費とは別途2,200円(税込)の施設利用料がかかります。当日フロントにてお支払いください。

■マルチステップ～初中級～　　担当：山口達
ステップ台を1人2台使用して、エキサイティングなステップを楽しみましょう。レベルは初中級程度です。

■ポワント　担当：佐々木繭子
トウシューズの基礎から行っていくクラスです。ベーシックバレエのご参加が必須となります。

ご不明な点がございましたらお問い合わせください。　鷺沼店　TEL　044-853-0001