

2025年2月11日(火) 建国記念の日

	プール	プールビュースタジオ	タウンビュースタジオ	ファンクショナル	
10:00		★ファットバーン〜HI&O〜★ 170以上のカロリーを楽しみながら 豊富な運動量で脂肪燃焼をしていく HI-Oのクラス(中級レベル)			10:00
11:00	バーンアップ 高附真佐江 10:30~11:00	ファットバーン 〜HI&O〜 木原啓貴 10:15~11:00	美ユナイズBodyWave® & エアダンス マクレス 10:15~11:05		11:00
12:00		170&シェイプ 〜祝日バージョン〜 木原啓貴 10:15~11:00	SALSATION テニカチー 赤or白 マクレス 11:15~12:15		12:00
13:00		★170&シェイプ〜祝日バージョン★ いつもの170&シェイプとは違った 雰囲気でお楽しみください (初級レベル)			13:00
14:00		ハワークアウト45 田島里佳 14:00~14:45			14:00
15:00	プライベート AYUMI 14:45~15:15	ファイトウ45 田島里佳 15:00~15:45			15:00
16:00	プライベート AYUMI 15:20~15:50				16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00	有料レッスンのご参加は会員区分のお時間や縛りに関係なく、全てのお客様が参加可能です。 詳しくはスタッフまでお気軽にお尋ねください。				20:00
全てのレッスン1月25日(土)8:00~予約開始です					
◆祝日の営業時間は9:00~20:00となります。		どちらのレッスンも祝日ならではの楽しいレッスンをご用意しております!			
550円(税込)	1,100円(税込)	フロント受付			

2025年2月24日(月) 振替休日

	プール	プールビュースタジオ	タウンビュースタジオ	ファンクショナル	
10:00					10:00
11:00	バーンアップ 高附真佐江 10:30~11:00		バーンアップ 岡部麻美 10:30~11:50 【1,100円】		11:00
12:00		ハワークアウト45 正木愛乃 11:55~12:40			12:00
13:00		ファイトウ45 正木愛乃 13:00~13:45	ホールドストレッチ & ピラティス 伊藤章代 13:00~14:30		13:00
15:00		バーンアップ 伊藤章代 14:50~15:35			15:00
16:00					16:00
17:00			背骨調律エクササイズ 田島里佳 16:45~17:45		17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00	有料レッスンのご参加は会員区分のお時間や縛りに関係なく、全てのお客様が参加可能です。 詳しくはスタッフまでお気軽にお尋ねください。				20:00
全てのレッスン1月25日(土)8:00~予約開始です					
◆祝日の営業時間は9:00~20:00となります。		どちらのレッスンも祝日ならではの楽しいレッスンをご用意しております!			
550円(税込)	1,100円(税込)	フロント受付			