

10/12(月・祝) スポーツの日 レッスンスケジュール

9:00 OPEN

	スタジオA	HOTスタジオ	プール
9:00			
9:30			
10:00	9:40~10:20	10:20~11:50	
10:30	CSLive/エアサイクルフィットネス パワーライド 【CSLive】		
11:00	10:50~11:30		
11:30	シェイプパンプ 【深作】		
12:00	11:50~12:30		
12:30	ファイトアタックBEAT 【深作】		
13:00	13:00~13:40		13:00~13:30
13:30	ステップサーキット 【藤牧】		アクアダンス 【深作】
14:00	14:00~14:40		
14:30	ヨガ 【藤牧】		
15:00			
15:30	15:30~17:30		15:30~18:30
16:00		16:30~17:30	
16:30	キッズ体育スクール	キッズダンススクール	キッズ水泳スクール
17:00			
17:30			
18:00			
18:30			
18:45	18:45 施設利用終了		
19:00	19:00 Close		

◆祝日が利用可能な会員区分は以下の通りです。

【シングル・マスターシングル・全国シングル・ファミリー・ホリデイ・スチューデント・プールS】

上記会員区分以外の方は、**時間外利用料金 ¥1,650**でご利用できます。

◆運動施設利用時間は**閉館15分前**までになります。

◆レッスンは全て、**オンライン予約を済ませ**て参加ください。

◆レッスン中の**大声での発声や掛け声**はご遠慮ください。

◆スタジオへの入場はレッスン開始**10分前**からとなります。

◆スケジュールは**予告なく変更**になる場合がございます。予め、ご確認ください。