

2025年12月30日(火) 特別プログラム

クラブ営業時間 7:00~20:00

ジムエリア利用終了時間 19:45

会員区分に関係なく、終日施設をご利用いただけます

時間	スタジオ	レッスンについて
7:00		
30		
8:00	7:30~8:10(40分) CSLive 健康太極拳	①レッスン開始30分前よりスタジオ前にて整理券を配布いたします。参加ご希望の方は整理券をご自分の分だけ1枚お取りください。
30		②レッスン開始10分前より整理券の番号順にスタジオへのご入場を開始いたします。安全上の観点より、レッスン開始後のご入場はご遠慮ください。
9:00	8:30~9:10(40分) CSLive ファイトアタックPRO	③続けてレッスンに参加される場合でも、お荷物を持ってスタジオを退出ください。次レッスン開始10分前より整理券の番号順にスタジオへご案内いたします。
30		④スタジオレッスンについてご不明点等がございましたら、お気軽にクラブスタッフまでお問い合わせください。
10:00	9:30~10:10(40分) ZUMBA® 田澤	
30		
11:00	10:30~11:10(40分) ピラティス 江原	
30		
12:00	11:30~12:10(40分) HOTヨガ 江原	
30		
13:00	12:30~13:10(40分) シェイプパンプ 高田	本年も ありがとうございました
30		
14:00	13:30~14:10(40分) ACF パワーライド 高田	どなた様も 良いお年をお迎えくださいませ
30		
15:00	14:30~15:10(40分) CSLive ヨガ 【REC】	
30		
16:00	2025年のレッスンは14:30開始クラスにて終了となります。 12月31日(水)~1月2日(金)は休館日です。 1月3日(土)11:00~18:00【ロッカー・ジム開放日】として営業いたします。 ※シャワー・ドライサウナはご利用いただけません	
30		
17:00		