

# 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

スタジオ		レッスンについて
7:00		<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>④スタジオレッスンについてご不明点等ございましたら、お気軽にクラブスタッフまでお問い合わせください。</p>
30		
8:00	7:30～8:10(40分) CSLive 健康太極拳	
30		
9:00	8:30～9:10(40分) CSLive ファイトアタックPRO	
30		
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	<p>本年も ありがとうございました</p> <p>どなた様も 良いお年をお迎えくださいませ</p> <div></div>
30		
13:00	12:30～13:10(40分) シェイプパンプ 高田	
30		
14:00	13:30～14:10(40分) ACF パワーライド 高田	
30		
15:00	14:30～15:10(40分) CSLive ヨガ【REC】	
30		
16:00		
30		
17:00	<p>2025年のレッスンは14:30開始クラスにて終了となります。</p> <p>12月31日(水)～1月2日(金)は休館日です。</p> <p>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。</p> <p>※シャワー・ドライサウナはご利用いただけません</p>	