

# 4月29日(火祝)昭和の日レッスンプログラム

5/3(土祝)シェイプアップ&ファイトアタックススペシャルイベント「NEW FACE」開催！！

	フィットネススタジオ	HOTスタジオ	マルチパーパス	プール	
9:00					9:00
	9:40~10:10 CSLive カラダアクティ730 REC ※定員33名			9:00~11:00 キッズプール開放 ※最大2コース使用 ※別途有料	
10:00					10:00
	10:30~11:10 ヨガ40 岩崎 ※定員58名	10:30~11:00 スムーズ&ヒーリング30 川村 ※定員12名			
11:00			日頃の喧騒から抜け出し こころと身体をリラックス しませんか??		11:00
	11:30~12:10 ファイトアタックBEAT40 岡芹 ※定員43名			11:30~12:15 アクアビクス45 川村	
12:00		12:00~12:40 瞑想40 岩崎 ※定員12名	12:00~14:20	12:30~13:00 初級スイムトレーニング30 高木	12:00
	12:30~13:10 ピラティス40 高木(昌) ※定員58名		フリー卓球		
13:00		13:10~13:40 ACF/スムライド30 佐藤 ※定員12名			13:00
	13:40~14:20 コンビネーションステップ 小松田 ※定員28名				
14:00					14:00
	14:30~15:10 コンビネーションエアロ40 小松田 ※定員43名				
15:00			15:00~18:00		15:00
			フリーマルチ パーパス		
16:00					16:00
17:00					17:00
18:00	<b>18:45 SPORTS AREA CLOSE / 19:00 CLOSE</b>				18:00

**SHAPE PUMP**



**FIGHT ATTACK**

## シェイプアップ&ファイトアタックススペシャルイベント ~NEW FACE 新しい風~

京成小岩店のNEWFACE2人によるスペシャルイベント！！この2人が京成小岩店に新たな風を吹かせます！！

【詳細】 5/3(土祝) 10:20~11:20 シェイプアップ760 定員30名 11:50~12:50 ファイトアタック760 定員35名

【参加費】 1レッスン参加 2,530円(税込) 2レッスン参加 4,550円(税込)

【申込】 4/19(土)~京成小岩店会員登録開始(店舗申込のみ) 4/20(日)10:00~全国会員、他クラブ・法人など(メールのみ)

※メールの返信は1週間以内に順次返信させていただきます。 ※申込締切4/26(日)となります。

※一般の方や法人の方は別途1,100円入館料を頂戴いたします。

●プール以外のレッスンは全てオンラインでの予約制となっております(有料レッスンを除く)。

●4/29(火祝)デイトタイム・ビジネスナイトメンバーの方は時間外利用料金 1,650円でご利用頂けます。

皆様のご来館をお待ちしております。

# 5月3日(土祝)憲法記念日レッスンプログラム

5/3(土祝)シェイプパンフ&ファイトアタックススペシャルイベント「NEW FACE」開催!!

	フィットネススタジオ	HOTスタジオ	マルチパーパス	プール	
9:00	9:20~10:00 CSLive カラダネトックス40 REC ※定員33名			9:00~10:00 キッズスイム短期 スクール ※窓側1コース利用致しま	9:00
10:00	10:20~11:20 レッスンイベント~NEW FACE~ シェイプパンフ60 相坂×高橋 ※定員30名、別途有料				10:00
11:00					11:00
12:00	11:50~12:50 レッスンイベント~NEW FACE~ ファイトアタックス60 相坂×高橋 ※定員35名、別途有料		12:00~15:15  キッズ体育 短期 スクール  ※準備及び 片付けの為、 12:00~12:30 14:45~15:15 クローズ	13:00~15:45  キッズスイム 短期 スクール  ※窓側1コース 利用致します。  ※準備の為 13:00~13:30	12:00
13:00	13:15~13:55 コンビネーションエアロ40 小松田 ※定員43名				13:00
14:00	14:15~14:55 シンプルステップ740 山口 ※定員28名				14:00
15:00	15:15~15:55 ベリーダンス40 飯塚 ※定員43名				15:00
16:00	16:15~16:45 CSLive リズムキャンフ730 REC ※定員33名				16:00
17:00					17:00
18:00	<b>18:45 SPORTS AREA CLOSE / 19:00 CLOSE</b>				18:00

**SHAPE PUMP**



**FIGHT ATTACK**

## シェイプパンフ&ファイトアタックススペシャルイベント ~NEW FACE 新しい風~

京成小岩店のNEWFACE2人によるスペシャルイベント!!この2人が京成小岩店に新たな風を吹かせます!!

【詳細】 5/3(土祝) 10:20~11:20 シェイプパンフ60 定員30名 11:50~12:50 ファイトアタックス60 定員35名

【参加費】 1レッスン参加 2,530円(税込) 2レッスン参加 4,550円(税込)

【申込】 4/19(土)~京成小岩店会員登録開始(店舗申込のみ) 4/20(日)10:00~全国会員、他クラブ・法人など(メールのみ)

※メールの返信は1週間以内に順次返信させていただきます。 ※申込締切4/26(日)となります。

※一般の方や法人の方は別途1,100円入館料を頂戴いたします。

●プール以外のレッスンは全てオンラインでの予約制となっております(有料レッスンを除く)。

●5/3(土祝)デイタイム・ビジネスナイトメンバーの方は時間外利用料金 1,650円でご利用頂けます。

皆様のご来館をお待ちしております。

# 5月4日(日祝)みどりの日レッスンプログラム

## 5/6(火祝)ジャンピングハイイベント「FLY HIGH」開催！！

	フィットネススタジオ	HOTスタジオ	マルチパーパス	プール	
9:00					9:00
10:00			10:00~11:30 キッズ運動能力 開発スクール ※準備の為、 10:00~10:30 クローズ	10:00~12:30 キッズスイム スクール ※時間帯により 最大3コース利用 させていただきます。 ※準備の為、 10:00~10:30 2コースクローズ	10:00
11:00	10:50~11:10 CSLive メディカルフィットネス20 REC ※定員33名				11:00
12:00	11:30~12:10 カラダデトックス40 小松田 ※定員58名		12:40~18:00  フリース卓球		12:00
13:00	12:25~13:05 エアロサーキット40 小松田 ※定員43名	13:10~13:40 バランスボール30 岡芹 ※定員12名		13:00~14:00 パーソナルスイムレッスン 逸見 有料[30分×2枠] 窓側1コース使用	13:00
14:00	13:20~14:00 ヨガ40 小松田 ※定員58名	14:10~14:50 HOTピラティス40 高木(昌) ※定員12名			14:00
15:00	14:20~15:00 シェイフパンフ40 逸見 ※定員30名				15:00
16:00	15:20~15:50 Jumping Hi30 逸見 ※定員27名				16:00
17:00					17:00
18:00	18:45 SPORTS AREA CLOSE / 19:00 CLOSE			17:20~18:30 パーソナルスイムレッスン 逸見 有料[30分×2枠] ※窓側1コース使用	18:00

### Jumping Hiスペシャルイベント ~FLY HIGH ×筋トレ~

京成小岩店初のJumpingHiイベント！！シェイフパンフのフレートや自重などで筋力トレーニング&トランポリンを使用して有酸素運動を交互に行います。タオル必須の滝汗&達成感間違いなしのイベントです。

【詳細】 5/6(火祝) 12:10~12:40 定員20名

【参加費】 1,650円(税込)

【申込】 4/19(土) 10:00~ 申込開始(店舗申込のみ)

※ご本人様のみのご予約に限り。 ※参加費はお申し込み後1週間以内に受付にてお支払いください。

※申込締切4/29(火祝)となります。 ※一般の方や法人の方は別途1,100円入館料を頂戴いたします。

●プール以外のレッスンは全てオンラインでの予約制となっております(有料レッスンを除く)。

●5/4(日祝)はテイクタイム・ビジネスナイトメンバーの方は時間外利用料金 1,650円でご利用頂けます。

皆様のご来館をお待ちしております。



# 5月6日(火祝)振替休日レッスンプログラム

## 5/6(火祝)ジャンピングハイイベント「FLY HIGH」開催！！

	フィットネススタジオ	HOTスタジオ	マルチパーパス	プール	
9:00					9:00
	9:30~10:10 CSLive ヨガ40 REC ※定員33名		9:15~10:15 キッズ鉄棒教室 ～逆上がり特訓～ 定員15名 別途有料		
10:00					10:00
	10:30~11:10 シンプルエアロ40 奥野 ※定員43名		10:30~11:30 キッズかけっこ教室 定員15名 別途有料		
11:00					11:00
	11:25~11:55 ファイトアタックBEAT30 岡芹 ※定員43名	11:25~11:55 ACFリズムライド30 奥野 ※定員12名		11:30~12:00 アクアウォーク&ジョグ 高木	
12:00					12:00
	12:10~12:40 レッスンイベント～FLY HIGH～ ジャンピングハイ 岡芹 ※定員20名 別途有料		12:00~14:20 フリー卓球	12:15~12:45 初級水泳(クロール) 高木	
13:00					13:00
	12:55~13:25 ピラティス30 高木(昌)※定員58名				
14:00					14:00
	13:40~14:20 コンビネーションステップ740 小松田 ※定員28名				
15:00					15:00
	14:30~15:10 コンビネーションエアロ40 小松田 ※定員43名		15:00~19:00 キッズ体育 スクール ※準備及び片付けの為、 15:00~15:30 18:30~19:00 クローズ	15:00~18:30 キッズスイム スクール ※時間帯により最大4コース利用 させていただきます。  ※準備の為 15:00~15:30 2コースクローズ	
16:00					16:00
17:00					17:00
18:00	<b>18:45 SPORTS AREA CLOSE / 19:00 CLOSE</b>				18:00

### Jumping Hiスペシャルイベント ～FLY HIGH ×筋トレ～

京成小岩店初のJumpingHiイベント！！シェイフパンツのフレートや自重などで筋力トレーニング&トランポリンを使用して有酸素運動を交互に行います。タオル必須の滝汗&達成感間違い無しのイベントです。

【詳細】 5/6(火祝) 12:10~12:40 定員20名

【参加費】 1,650円(税込)

【申込】 4/19(土) 10:00～ 申込開始(店舗申込のみ)

※ご本人様のみのご予約に限ります。 ※参加費はお申し込み後1週間以内に受付にてお支払いください。

※申込締切4/29(火祝)となります。 ※一般の方や法人の方は別途1,100円入館料を頂戴いたします。

●プール以外のレッスンは全てオンラインでの予約制となっております(有料レッスンを除く)。

●5/6(火祝)はテイクタイム・ビジネスナイトメンバーの方は時間外利用料金 1,650円でご利用頂けます。

皆様のご来館をお待ちしております。

