

12月30日(火)9:00~20:00 特別営業日レッスンスケジュール

2025年11月25日揭示

	スタジオ 1	スタジオ 2	プール
	9:00 OPEN		
9:00			
30			
10:00		10:00~10:30	
30		リズムCAMP CSLive	
11:00	11:00~11:40	REC CSLiveとは… 全国から選ばれたトップインストラクターによるLive映像レッスンです。 『Live感・一体感』を感じ、映像を見ながら楽しくレッスンに参加できます。	
30	ヨガ 石川		
12:00	12:10~12:50		
30	シェイプパンプ 河津		
13:00			
30		13:30~14:10	Last journey ~2025ver~
14:00	14:00~14:40	Air Cycle Fitness Power ride 玉井・河津	
30	ピラティス CSLive		毎年恒例！
15:00		15:00~15:30	
30		HOTヨガ CSLive	15:00~17:30 108スイム 【有料・予約】
16:00			
30			
17:00			イベント開催中は2コース利用させていただきます。
30			
18:00			18:00~19:00
19:00			選手育成 2コース利用
20:00	19:45 施設利用終了		
	20:00 CLOSE		

スタジオ1、スタジオ2のレッスンは「スタジオオンライン予約システム」ご予約ください。
レッスンの途中入場・退場はご遠慮ください。