

9/23(火)祝日レッスンスケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	アリーナ
	9:00営業開始			
9:00				レンタルコートは 専用サイトで ご予約ください
30	9:20~10:00 ヨガ 山仲	9:20~10:00 ZUMBA 栗山		
10:00				
30	10:30~11:30 撫子イベント シェイプパンプ 中川・和野・栗山	10:15~10:45 CSLive カラダデトックス		
11:00		11:00~11:40 ファンクショナル コンディショニング 沼尾		
30				
12:00	11:45~12:45 撫子イベント ファイトアタック 中川・和野・栗山	12:15~12:45 CSLive リズムCAMP	12:20~12:50 フインスイミング 阿部	
30				
13:00			13:00~13:30 初級クロール 阿部	
30	13:10~13:50 ヨガ 齋藤			
14:00		14:00~14:30 CSLive X-CORE Fighting	14:00~14:45 アクアビクス さくら	
30	14:10~14:50 コンビネーションステップ 鶴澤			
15:00				
30	15:10~15:50 ピラティス さくら	15:15~15:55 ベリーダンス RICCA		
16:00			15:30~18:30 プール開放【有料】 最大2コース使用	
30				
17:00				
30				
18:00				
30	18:45フィットネスエリア利用終了/19:00営業終了			

スタジオレッスンについて...

- 全てWEB予約となります。携帯端末か店舗端末にてご予約ください。
- 第1スタジオは最大50名【OSLive40名】【パンプ&ステップ定員32名】
- 第2スタジオは最大30名【OSLive23名】【バイクレッスン25名】

1. マスターシングル・シングル・ファミリーリーダー・ファミリーメンバー・ステューデント・ナイト & ホリデー・ホリデー会員様が無料でご利用いただけます。それ以外のメンバー区分の方がご利用の場合には、時間外利用料1,650円(税込)が必要です。

2. 他クラブ会員・法人会員・ビジター様は通常通りの料金となります。

セントラルフィットネスクラブ24緑園都市

