

5月6日(火)「みどりの日振替休日」レッスンプログラム

	1stスタジオ	2ndスタジオ	3rdスタジオ	プール	カルチャールーム
9:00	9:00 OPEN				
30					
10:00	10:00~10:40 ZUMBA® 佐々木(純) 定員52	10:00~10:40 スムーズ&ヒーリング CSLive REC 定員25		有料 10:00~11:00 はじめて体験 1コース使用	
30					
11:00	11:00~11:40 ラテンファン 佐々木(純) 定員52	11:00~11:40 ヨガ とも 定員34		有料 11:15~12:15 はじめて体験 1コース使用	
30					
12:00	12:00~12:40 ファイトアタックPRO 藤井&高山 定員52	12:00~12:30 ボディメイクトレーニング CSLive REC 定員25			
30				12:30~13:00 アクアダンス 尾崎	
13:00	13:00~13:40 ヨガ 坂詰 定員52	13:00~13:40 バランスボール 仲田 定員34			
30					
14:00	14:00~14:40 ZUMBA 仲田 定員52	14:00~14:40 骨盤エクササイズ 坂詰 定員34		14:00~15:00 マスターズ練習会 川原	スタジオレッスンの予約は、 4月30日(水)9:00~ オンラインでの ご予約となります。 何かご不明点が ございましたら、 お気軽にお問い合わせ ください。
30				有料 15:00~15:30 個人塾 佐々木(彩) 1コース使用	
15:00					
30	有料 15:30~16:30 キッズ新体操 《幼児》	有料 15:30~16:30 キッズ体育 《幼児》	有料 15:30~16:30 キッズ体育 《幼児》	有料 15:30~16:30 キッズスイミング 《幼児》 2コース使用	
16:00					
30	有料 16:30~17:30 キッズ新体操 《児童》	有料 16:30~17:30 キッズ体育 《児童》	有料 16:30~17:30 キッズ体育 《児童》	有料 16:30~17:30 キッズスイミング 《児童》 4コース使用	
17:00					
30	有料 17:30~18:30 キッズ新体操 《児童》	有料 17:30~18:30 キッズ体育 《児童》	有料 17:30~18:30 キッズ体育 《児童》	有料 17:30~19:00 キッズスイミング 《児童》 7コース使用	有料 18:30~19:30 選手育成コース使用
18:00					
30					
19:00	18:45 施設利用終了				
30	19:00 CLOSE				
20:00	5月6日(火)は祝日営業となり、デイタイム・ビジネスナイト・ナイト会員の方は 時間外料金2,200円(税込)にて終日施設をご利用いただけます。 営業時間は9:00~19:00までとなっております。スポーツ施設は18:45までご利用いただく事ができます。 皆様のご来館、スタッフ一同心よりお待ちしております。				