

# 新百合ヶ丘店

# 11月4日(月)祝日スケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	プールA	
10:00					10:00
15	<b>営業時間 10:00~20:00</b>				15
30					30
45	<b>【MOVE BODY】 POWER45</b> 10:30~11:15 生方 奈美	<b>エアロ1</b> 10:30~11:10 市川 和子	<b>【イベント】 月 (MOON) ヨガ</b> 10:20~11:20 kimie		45
11:00	アップデート		有料		11:00
15				<b>はじめて スイミング スクール</b> 11:00~12:00 浅野 光祐	15
30					30
45	<b>MAT PILATES45</b> 11:30~12:15 市川 和子	<b>【MOVE BODY】 FIGHT30</b> 11:35~12:05 生方 奈美	<b>マグマヨーガ パワーエナジー</b> 11:40~12:40 kimie	有料	45
12:00					12:00
15					15
30					30
45	<b>健康エール 45</b> 12:25~13:10 生方 奈美	<b>有料 バレエ75</b> 12:30~13:45 谷口 裕子	有料	<b>初級 スタート&amp;ターン</b> 12:30~13:00 田仲 啓子	45
13:00				有料	13:00
15					15
30					30
45	<b>ヨガ60</b> 13:25~14:25 吉川 和子	<b>オリジナル HIPHOP</b> 14:00~14:45 榎原 ゆかり	<b>マグマヨーガ 骨盤調整</b> 14:00~15:00 鈴木 まり子	<b>有料 フィンスイム 800</b> 13:15~14:15 田仲 啓子	45
14:00				有料	14:00
15					15
30					30
45	<b>感謝 マーシャル45</b> 14:40~15:25 鈴木 恵太 池田 利明		有料		45
15:00					15:00
15					15
30		<b>DDD STYLE HIPHOP スクール</b> 15:00~16:00 榎原 ゆかり		<b>AQUA CAMP</b> 15:00~15:30 田仲 啓子	30
45					45
16:00	<b>【イベント】 MOVE BODY FIGHT60 +バックナンバー</b> 15:40~16:40 宮崎 紗衣 松本 愛理紗		<b>マグマヨーガ ベーシック</b> 15:30~16:30 三木田 和香奈		16:00
15					15
30					30
45					45
17:00	<b>UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE</b> 16:55~17:40 KOTOMI	<b>催事枠</b> 16:00~18:00	<b>【HOTLUX】 リンパ デトックス ヨガ</b> 17:00~18:00 三木田 和香奈		17:00
15					15
30					30
45					45
18:00					18:00
15					15
30	<b>発表会イベント</b> 18:00~19:00	<b>【イベント】 UMWD ダンス パフォーマンスクラス</b> 18:00~19:00 KOTOMI	有料		30
45					45
19:00					19:00

どなたでもご参加いただけます。強度を調整しながらお楽しみください。  
 該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。

### ■スタジオ

- ・バレエ75 定員:24名 1,980円(税込) WEB予約・クレカ決済:1週間前クラス終了10分後申込開始
- ・DDD STYLE HIPHOP 定員:25名 2,090円(税込) フロント入金:1週間前クラス終了10分後申込開始
- ・UMWDダンスパフォーマンスクラス お一人様1,980円(税込) 詳細は館内POPをご覧ください。
- ・発表会イベント(無料) 各カテゴリーの発表会を実施します。決まり次第順次発表いたします。
- ・催事枠 … 発表会+イベント参加のお客様へ貸出スペースです。譲り合ってご利用ください。

### ■プール

- ・初級スタート&ターン 定員:5名 550円(税込)
- ・フィンスイム800 定員:8名 1,100円(税込) 共に1週間前フロント入金のみ

### ■HOTLUX

- ・【イベント】月(MOON)ヨガ … マグマのエネルギーを吸収し、月の満ち欠けに合わせて身体を動かし、ホルモンバランスを整えていきます。

**NEW** … 新しいプログラムです。是非ご体験下さい。

**有料** … 有料のプログラムレッスンです。別途お申込み、ご入金が必要です。

**予約** … 予約が必要なクラスです。

**整理券** … 整理券をお配り致します。お一人様一枚とさせていただきます。

**W** … インストラクター2名で皆様をサポートします。

**オリジナル** … 店舗オリジナルのレッスンです。

**アップデート** … 振付や音楽が更新されたプログラムです。

都合によりスケジュールを変更させていただく場合がございます。

代行などのレッスン変更情報、祝日スケジュールの最新情報は施設内の掲示板もしくはPC、スマートフォン、モバイルから[iTIPNESS]へアクセスしてご確認ください。