

新百合ヶ丘店

1月13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					15
30					30
45	エアロ1 10:30~11:10 大谷 知加	ヨガ60 10:15~11:15 yukko	マグマ ピラティス 10:20~11:20 大貫 晴子		45
11:00					11:00
15					15
30					30
45					45
12:00	骨盤リズム ダイエット45 11:30~12:15 市川 和子	【MOVE BODY】 FIGHT30 11:35~12:05 生方 奈美	【イベント】 月 (MOON) ヨガ 11:40~12:40 kimie	はじめて スイミング スクール 11:00~12:00 浅野 光祐	12:00
15					15
30					30
45					45
13:00	健康エール 45 12:25~13:10 生方 奈美	HATHA YOGA ディーブ プレス フロウ45 12:20~13:05 大貫 晴子		有料 フィンスイム 800 12:30~13:30 田仲 啓子	13:00
15					15
30					30
45					45
14:00	【イベント】 オリジナル ピラティス 13:25~14:25 大貫 晴子	【有料】 バレエ75 13:20~14:35 谷口 裕子	マグマヨーガ リラククス 13:00~14:00 kimie		14:00
15					15
30					30
45					45
15:00	【MOVE BODY】 FIGHT45 14:40~15:25 宮崎 紗衣 W 鱧川 優那	バレエ30 ~ポワント~ 14:45~15:15 谷口 裕子	マグマヨーガ ベーシック 14:30~15:30 三木田 和香奈	AQUA CAMP 14:00~14:30 田仲 啓子	15:00
15					15
30					30
45					45
16:00	【イベント】 オリジナル マーシャル60 15:40~16:40 宮崎 紗衣	【イベント】 ベリーダンス フィットネス60 15:35~16:35 きよーこ			16:00
15					15
30					30
45					45
17:00		MAT PILATES30 16:50~17:20 きよーこ	【HOTLUX】 リンパ デトックス ヨガ 16:00~17:00 三木田 和香奈		17:00
15					15
30					30
45					45
18:00	【イベント】 ピククルボール 17:10~19:10	ヨガ60 18:00~19:00 三木田 和香奈	【HOTLUX】 お腹ひき締め ピラティス 17:40~18:40 きよーこ	営業時間 10:00~20:00	18:00
15					15
30					30
45					45
19:00					19:00

<p>■スタジオ ・バレエ75…定員:24名 1,980円(税込) ・バレエ30…定員:24名 1,100円(税込) :WEBクレカ決済・1週間前クラス終了10分後申込み開始 ・【イベント】オリジナルマーシャル60…インストラクター宮崎と一緒にしっかり動きましょう。ゲストとして支配人が参加します。 ・【イベント】ピククルボール 定員:20名、無料・先着順 1/6~フロントにてお申込みください。 ピククルボール=テニスと卓球とバドミントンを組み合わせたようなスポーツです。どなたでもご参加頂けます。 当日はバドミントン(ラケット)の持ち方や打ち方、ルール説明+ミニゲームを予定しています。一緒に楽しみましょう。</p> <p>■プール ・フィン800 定員:8名 1,100円(税込) フロント入金のみ 1/6~申込開始</p> <p>■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。</p>	<p>NEW…新しいプログラムです。是非ご体験下さい。</p> <p><input type="checkbox"/> 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。</p> <p><input type="checkbox"/> 予約…予約が必要なクラスです。</p> <p><input type="checkbox"/> 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。</p> <p>W…インストラクター2名で皆様をサポートします。</p> <p><input type="checkbox"/> オリジナル…店舗オリジナルのレッスンです。</p> <p><input type="checkbox"/> アップデート…振付や音楽が更新されたプログラムです。</p>
---	---

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。