

TIP.X TOKYO SHIBUYA

2月11日(FRI)
特別スケジュール

9:30	Aスタジオ	Bスタジオ	FTF & OUTDOOR	15:30	Aスタジオ	Bスタジオ	FTF & OUTDOOR
45		Pilates Guidance Ball and Flow 9:30~10:30 鈴木 貴幸		45			
10:00				16:00			
15	High Energy Aerobics -Sweet or Bitter- 10:00~11:15 村瀬 裕太郎			15	BODY COMBAT60 16:05~17:05 野邊 和輝 浅川 裕司	UMWD 振り早出し & バックナンバー 15:50~17:20 Ayu & Aya	
30				30			
45				45			
11:00				17:00			
15				15			
30		Sun Salutation (太陽礼拝) Running 11:00~12:30 赤沼 直美 岡 幸代	Pilates Guidance グループチェア 11:00~12:00 鈴木 貴幸	30			
45				45	ノンストップ BAILA BAILA60 17:25~18:25 伊藤 由里子 torcia		
12:00	Style Aero connected in body movements 11:35~12:50 吉岡 茂広			18:00			
15				15		UMWD 振り早出し & バックナンバー 17:50~19:20 AI & SHIHO	
30				30			
45				45			
13:00				19:00			
15		KICK OUT 12:50~13:50 岡田 敦子 ゆりっぺ		15			
30				30			
45	Break a leg ! -Where we belong- 13:10~14:25 鈴木 貴幸		TIPNESS × SALOMON	45			
14:00				20:00			
15				15	UMWD 振り早出し & バックナンバー 19:50~21:20 MEI & AI		
30			TRAILRUNNING SESSION 13:00~16:30 浦谷 美帆	30			
45				45			
15:00	BODY PUMP60 14:45~15:45 野邊 和輝 浅川 裕司	Ballet75 14:15~15:30 田島 由佳		21:00			
15				15			
30				30			
45				45			

《EVENT INFORMATION》

■申込み開始日時

【優先オプション契約ありの方】 1月28日(金)よりご希望されるレッスン終了時刻から10分後

【優先オプション契約なしの方】 2月4日(金)よりご希望されるレッスン終了時刻から10分後

※WEBにて予約完了後、2/8(火)20:00までにフロントにて入金をお願い致します。

【非会員の方】 2/6(日)9:30~お電話にて受付開始（非会員の方のみ開催日当日入金可能）

※お電話にてご連絡頂いた時点で予約完了とはなりませんので予めご了承ください。

■当日の入館・退館に関して

ご入館は最初に参加されるプログラム開始時間30分前から、ご退館は参加される最後のプログラム終了時間45分後までをお願い致します。

※当日は2階ジムの一部のみストレッチエリア・待機場所としてご利用頂けます。