

	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 市川 和子 予約	ヨガ60 10:15~11:15 yukko 予約	マグマ ピラティス 10:20~11:20 大貫 晴子 有料 予約		45
11:00				はじめて スイミング スクール 11:00~12:00 浅野 光祐 有料 予約	11:00
15					15
30					30
45	骨盤リズム ダイエット45 11:30~12:15 市川 和子 予約		マグマ 美脚ヨガ 11:40~12:40 kimie 有料 予約		45
12:00		MAT PILATES45 12:00~12:45 大貫 晴子 有料 予約			12:00
15					15
30					30
45	【MOVE BODY】 SHAPE45 12:30~13:15 宮崎 紗衣 予約				45
13:00					13:00
15					15
30		有料 バレエ75 13:00~14:15 谷口 裕子 有料 予約	マグマヨーガ デトックス 13:00~14:00 kimie 有料 予約	有料 フィンスイム 800 13:00~14:00 田中 啓子 有料 予約	13:00
45	【イベント】 オリジナル マーシャル45 13:30~14:15 宮崎 紗衣 予約				45
14:00					14:00
15					15
30					30
45		バレエ30 ~ポワント~ 14:25~14:55 谷口 裕子 有料 予約	【HOTLUX】 美姿勢 エクササイズ 14:20~15:20 松本 愛理紗 有料 予約		45
15:00	ヨガ60 14:30~15:30 吉川 和子 予約				15:00
15					15
30		骨盤リズム ダイエット45 15:15~16:00 鈴木 まり子 有料 予約			30
45					45
16:00	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 15:45~16:30 榎原 ゆかり 有料 予約 アップデート				16:00
15					15
30					30
45					45
17:00	【MOVE BODY】 POWER45 16:45~17:30 生方 奈美 有料 予約	DDD STYLE HIPHOP 16:50~17:35 榎原 ゆかり 有料 予約	マグマヨーガ 骨盤調整 16:20~17:20 鈴木 まり子 有料 予約		17:00
15					15
30					30
45					45
18:00	【MOVE BODY】 FIGHT45 17:45~18:30 生方 奈美 有料 予約 アップデート		営業時間 10:00~20:00		18:00
15					15
30		卓球 18:00~19:00	フリー利用 18:00~19:00 有料 予約		30
45					45
19:00					19:00

■スタジオ

- ・**バレエ75** 有料 定員:24名 1,980円(税込)
- ・**バレエ30** 有料(ポワント) 定員:24名 1,100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

■プール

- ・**フィンスイム800** 有料 定員:8名 1,100円(税込) 1週間前~申込開始 フロント入金のみ

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【iTiPNES】へアクセスしてご確認ください。