

2019年7月 レッスンスケジュール

【鶴瀬店】

	月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			土曜日			日曜日			
	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	
10:00																			
11:00	ベテラン水泳 原奈美 10:30~11:00	イユタヨガ 岡本ひとみ 10:15~11:30	ベテラン水泳 北村エミ 10:30~11:30	ベテラン水泳 原奈美 10:30~11:00	スタート 山川理沙 10:30~11:00	ベテラン水泳 矢野すみれ 10:30~11:30	チャレンジ水泳 町田裕美子 10:30~11:15	ベテラン水泳 田島里佳 10:30~11:10	スタッフ 10:20~10:35 ヒップコア イヨコング	ウォータースポーツ アヲヲ 内村えみ 10:30~11:00	チャレンジ 粕谷由美 10:15~11:05	太極拳(初級) 田震 10:15~11:15							
12:00	水慣れ 原奈美 11:15~11:45			泳ぎこみ500 原奈美 11:15~11:45	チャレンジ水泳 山川理沙 11:15~12:05					プライベート 原奈美 12:00~12:30	スタート水泳 粕谷由美 ※整理券 定員25名 11:15~11:45	太極拳(中級) 田震 11:25~12:25							
13:00		協栄シェパード 高橋綾子 12:30~13:20	five707-ストレッチ 伊藤美樹 12:30~13:15	スイミングスクール 原奈美 12:00~13:00	フィットウ45 近澤篤美 12:20~13:05					スイミングスクール 内村えみ 12:15~13:15	チャレンジ水泳 松井房江 12:00~13:15 ※整理券 定員47名								
14:00																			
15:00	ウォータースポーツ アヲヲ 伊藤美樹 14:30~15:15			ウォータースポーツ 持久力アップ 原奈美 14:00~14:30															
16:00																			
17:00																			
18:00																			
19:00																			
20:00																			
21:00																			
22:00																			
23:00																			

※ ■ は初心者・体力に自信がない方向けのレッスンです。 ■ は有料レッスンです。
 ※安全確保の為、スタジオレッスンは開始5分後のご入場、プールレッスンは開始後のご入場はお断りさせていただきます。
 ※定員があるレッスンは、フロント前にて整理券を配布いたします。
 【整理券配布時間】
 ・火曜日 BOSU®コア イヨコング 12:00~12:30
 ・水曜日 チャレンジ水泳 14:30~15:00
 ・土曜日 太極拳(初級) 10:15~11:15
 ・日曜日 イユタヨガ 13:00~13:30
 【整理券お持ちの方】 前レッスン終了までに整理券番号順にお並びください。
 【整理券お持ちでない方】 前レッスン終了10分前までにお並びください。
 ※レッスン参加時の途中退室は、安全のためご遠慮ください。
 (怪我や体調不良時、レベルが合わない場合を除きます)

ご不明な点がございましたらお問合せください 鶴瀬店 電話 049-268-7575
 営業時間 【月~金曜日】 10:00~23:00 【土曜日】 10:00~22:00 【日・祝日】 10:00~20:00