2021年2月11日(木) 祝日営業スケジュール 【鶴瀬店】

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ	
10:00				10:00
11:00	ﾍﾞｰｼｯｸｱｸｱ 内村えみ 10：30～11：00	ﾍﾞｰｼｯｸ 吉村智子 10：30～11：10		11:00
	ｸﾛｰﾙ 内村えみ 11：15～11：45		田中凌 ｶﾗﾀﾞひきしめ【脚】 11：15～11：30	
12:00	ｽｸｰﾙ体験会 ～ﾜﾝﾎﾟｲﾝﾄｱﾄﾞﾊﾞｲｽ～ 内村えみ 11：55～12：55	ﾊﾟﾜｰｶｰﾃﾞｨｵ45 大井風人 11：30～12：15	ｶﾗﾀﾞひきしめ【胸・背中】 11：35～11：50 ｶﾗﾀﾞひきしめ【お腹】 11：55～12：10 のびのびﾎﾞﾃﾞｨ 12：15～12：30	12:00
13:00	ﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄｽｲﾑ 内村えみ 13：00～13：30	ﾌｧｲﾄﾞｳ 菊地祐馬 12：35～13：35		13:00
14:00		やさしいfiveﾌﾛｱｰｽﾄﾚｯﾁ 菊地祐馬 13：55～14：25		14:00
15:00	ｳｫｰﾀｰ・ｲﾝ・ﾓｰｼｮﾝ ～ﾌﾟﾗﾁﾅ30～ 伊藤美樹 14：30～15：00	～骨盤を建てるﾖｶﾞ～ 松井房江 14：45～15：45 ※WEB予約定員30名		15:00
16:00				16:00
17:00		ﾘﾄﾓｽ ～中尾ｽﾍﾟｼｬﾙﾐｯｸｽ～ 中尾里美 16：05～17：05		17:00
18:00				18:00
19:00				19:00

■ｽｸｰﾙ体験会～ﾜﾝﾎﾟｲﾝﾄｱﾄﾞﾊﾞｲｽ～
時間；11：55～12：55　　担当；内村えみ
料金；1,100円　　定員；10名　※1/20(水)からﾌﾛﾝﾄにて申込開始

■やさしいfiveﾌﾛｱｰｽﾄﾚｯﾁ
時間；13：55～14：25（30）　担当；菊地祐馬　　定員；30名

■骨盤を建てるﾖｶﾞ
時間；14：45～15：45（60）　担当；松井房江　　定員；30名　※WEB予約制
骨盤を建てゆがみを正していきます。気の通りを良くしていきましょう。

■ﾘﾄﾓｽ～中尾ｽﾍﾟｼｬﾙﾐｯｸｽ～
時間；16：05～17：05（60）　担当；中尾里美　　定員：30名
中尾ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰによるｽﾍﾟｼｬﾙﾊﾞｯｸﾅﾝﾊﾞｰをお楽しみください。

ご不明な点がございましたらお問合わせください。　　鶴瀬店　電話　049-268-7575