2021年8月レッスンスケジュール

【熊谷店】

プライベート、パーソナルセッションを除く
（無料・有料どちらのクラスも）
全てのレッスンがWEBサイトからご予約・決済まで
できるようになりました！
ご予約開始７月２５日（日）から
※本サイトはクレジット決済のみ対応となります。

熊谷店予約専用
ページはこちら

予約専用サイト
クービックアプリをダウンロード
iPhone　Android

25日のご予約開始前に…
まずは予約専用サイトへ会員登録を！
※登録方法は別紙参照※

新規登録時、『姓』⇒『９ケタの会員番号』
『名』⇒『お名前フルネーム』

PCの方：https://coubic.com/users/new

月曜日

スイミングプール
- 10:10～10:40 スタートステップ 井上裕史
- 10:30～11:00 ベーシックウォーク 高橋千春
- 10:55～11:35 ベーシックステップ 井上裕史
- 11:55～12:55 フラダンス 井上裕史
- 12:05～12:35 バタフライ 高橋千春
- 12:05～12:50 パワーカーディオ45 大関洋丈
- 12:45～13:45 定員12名 全10回13,200円 7月～9月 スイミングスクール 高橋千春
- 13:10～14:00 チャレンジ 井上裕史
- 13:10～14:10 オリジナルヨガ 大関洋丈
- 13:55～14:25 【3,300円/回】プライベート 高橋千春
- 14:25～15:25 リトモス 大関洋丈
- 14:30～15:15 ビューティス45 神谷智美
- 19:00～19:30 ベーシックグローブ 今野香菜
- 19:20～20:20 リトモス 井上潤子
- 19:40～20:10 【3,300円/回】プライベート 今野香菜
- 20:40～21:25 ファイトウ45 今野香菜
- 20:15～21:15 ベーシックジャズダンス SHIon
- 19:30～20:00 スタートバレエ SHIon

プールビュースタジオ
- 10:30～11:15 ヒップ
- 11:35～11:50 ネックアンドショルダー
- 12:50～13:30 クロスコア
- 14:00～14:15 プラチナ

タウンビュースタジオ
- 10:30～11:15 定員24名 オリジナルバレエ 井埜奈々絵
- 11:55～12:55 フラダンス 井上裕史
- 13:10～14:10 オリジナルヨガ 大関洋丈
- 14:30～15:15 ビューティス45 神谷智美

無料 6F ファンクショナル

火曜日

スイミングプール
- 10:00～11:00 ベーシックアクア 伊藤千尋
- 10:30～11:10 初級背泳ぎ 伊藤千尋
- 11:50～12:35 泳ぎこみ1000 伊藤千尋
- 13:00～13:30 【3,300円/回】プライベート 今野香菜
- 18:20～18:50 【3,300円/回】プライベート 今野香菜
- 19:00～19:30 スプラッシングファイト 今野香菜

プールビュースタジオ
- 10:30～11:15 リトモス45 福井有佳里
- 11:10～11:40 スタート 木原啓貴
- 12:25～13:15 オリジナルダンスエアロビクス 木原啓貴
- 13:35～14:35 ファイトウ 大関洋丈
- 18:30～19:20 チャレンジ 井上裕史
- 19:40～20:20 ベーシックステップ 井上裕史
- 20:40～21:25 パワーカーディオ45 田島里佳

タウンビュースタジオ
- 10:20～11:05 オリジナルヨガ45 下村こゆき
- 11:25～12:10 ビューティス45 下村こゆき
- 12:30～12:45 骨盤リセット
- 12:55～13:25 カラダひきしめ（下半身） 岡村晴司
- 13:40～13:55 プールストレッチ
- 14:05～14:35 のびのびボディ（トータル） 岡村晴司
- 14:50～15:20 スタートヒップホップ 新井信吾
- 15:30～16:15 ベーシックヒップホップ45 新井信吾
- 19:30～20:15 ボールドプラス45 井埜奈々絵
- 19:40～20:40 ミュージックフローヨガ リラックス 井埜奈々絵

無料 6F ファンクショナル
- 11:15～11:30 ネックアンドショルダー
- 11:35～11:50 レッグ
- 15:25～15:40 ウエストアンドランバー
- 15:45～16:00 ウィメンズ

水曜日

スイミングプール
- 10:30～11:00 ベーシックアクア 高附真佐江
- 11:10～11:40 バタフライ 祐香
- 11:50～12:20 泳ぎこみ500 祐香
- 13:15～14:15 ファイトウ 祐香
- 14:35～15:20 エレメント15 ユーバウンド30 祐香
- 15:20～15:50 【3,300円/回】プライベート 伊藤千尋
- 16:00～16:30 【3,300円/回】プライベート 伊藤千尋
- 16:40～17:10 【3,300円/回】プライベート 伊藤千尋
- 19:20～19:50 背泳ぎ 今野香菜
- 20:00～21:00 定員12名 全10回13,200円 7月～9月 スイミングスクール 今野香菜

プールビュースタジオ
- 10:25～10:55 ボールドプラス30 下村こゆき
- 11:10～11:55 リトモス45 下村こゆき
- 12:15～12:55 ベーシック 下村こゆき
- 17:35～18:15 【オンライン中継】fiveフロアーストレッチ 今野香菜
- 19:00～19:30 スタート 塩野貴之
- 19:45～20:30 パワーカーディオ45 塩野貴之
- 20:50～21:35 リトモス45 松下久美子

タウンビュースタジオ
- 10:30～11:30 気功法 劉暁滝
- 11:50～12:50 太極拳中級 劉暁滝
- 14:50～15:35 インテグレーティッド・パワーストレッチ 塩野貴之
- 19:45～20:30 オリジナルヨガ45 下村こゆき
- 20:50～21:35 インテグレーティッド・パワーストレッチ45 塩野貴之

無料 6F ファンクショナル
- 11:15～11:30 ネックアンドショルダー
- 11:35～11:50 レッグ

金曜日

スイミングプール
- 10:10～10:40 クロール 祐香
- 10:30～11:50 定員12名 全10回13,200円 7月～9月 スイミングスクール 祐香
- 12:00～12:30 【3,300円/回】プライベート 祐香
- 13:15～14:45 ベーシックアクア 高附真佐江
- 14:35～15:05 スタートジャズダンス 井埜奈々絵
- 15:20～15:50 太極拳（初級） 水谷孝
- 19:20～19:50 ユーバウンド45 田島里佳
- 20:45～21:30 X55（45） 田島里佳

プールビュースタジオ
- 9:10～9:40 【オンライン中継】アクティブストレッチ 祐香
- 9:55～10:35 ベーシック 井上裕史
- 10:55～11:45 チャレンジステップ 井上裕史
- 11:55～12:50 リトモス45 井上裕史
- 12:20～12:50 ボールドプラス30 井埜奈々絵
- 12:30～12:50 クロスコア
- 13:00～13:15 ヒップ
- 13:20～13:35 プラチナ
- 13:15～14:15 パワーカーディオ 井埜奈々絵
- 14:20～15:05 ベーシックアクア 高附真佐江

タウンビュースタジオ
- 9:50～10:50 定員24名 ベーシックバレエ 川久保博子
- 11:00～12:00 定員18名 全4回6,600円 8月 バレエスクール 川久保博子
- 13:20～14:20 太極拳（入門） 水谷孝
- 14:40～15:40 太極拳（初級） 水谷孝
- 19:50～20:35 ビューティス45 神谷智美

無料 6F ファンクショナル
- 14:00～14:20 クロスコア

土曜日

スイミングプール
- 10:30～11:00 ベーシックアクア 高附真佐江
- 14:25～15:25 リトモス 大関洋丈
- 15:25～16:15 ダンスエアロビクス中級 柴田朱美
- 16:30～17:20 ユーバウンド45 大井風人
- 17:50～18:40 パワーカーディオ 大井風人
- 19:10～19:50 ファイトウ 大井風人

プールビュースタジオ
- 11:15～11:45 スタート 大関洋丈
- 12:05～12:50 ボディビルアクア講座 下村こゆき
- 13:15～14:15 リトモス 大関洋丈

タウンビュースタジオ
- 別途フロント受付 全5回5,500円 8月 カラダ改善 アスクラブ 今野香菜 10:30～11:30
- 12:00～13:00 リラクセーションヨガ 大関洋丈
- 13:40～14:10 定員15名 BOSU(R)エアートレーニング 下村こゆき
- 14:25～14:55 ビューティス30 下村こゆき
- 15:10～15:40 ミュージックフローヨガ 下村こゆき

無料 6F ファンクショナル

日曜日

スイミングプール
- 14:45～15:15 泳ぎこみ500 伊藤千尋
- 15:25～16:25 定員12名全10回 7月～9月 スイミングスクール 伊藤千尋

プールビュースタジオ
- 10:20～11:00 ベーシック 中川昇
- 11:20～12:00 ベーシックステップ 中川昇
- 12:15～13:00 ストレッチボール 正しい使い方 中川昇
- 13:20～14:20 リトモス 柴田朱美
- 14:40～15:25 リラクセーションヨガ45 柴田朱美
- 17:05～17:55 協栄 シェイプボクシング 富田祥宏

タウンビュースタジオ
- 11:45～12:15 定員24名 スタートバレエ 田中エミ
- 12:35～13:35 バレエスクール 全4回6,600円 ※2,200円/回 田中エミ

無料 6F ファンクショナル

は初心者・体力に自信がない方向けの無料レッスンです。
は550円（税込）の有料クラスです。
各種スクールのお申込みは前月25日専用予約サイトより、プライベートスイム・パーソナルのご予約は前月15日よりフロントにて承ります。
【オンライン中継】はオンライン配信レッスンです。カメラより後ろからご参加いただけます。（無料）

※無料・有料に関わらず全てのレッスンのご予約は予約専用サイトより当日朝8時まで承ります。
※ご予約のキャンセルは専用サイトより前日までお受付しております。当日のキャンセルにつきましてはご返金致しかねますのでご了承くださいませ。
※祝祭日のスケジュールは別紙にてご案内いたします。

ご不明な点がございましたら、
スタッフまでお問合せください。
熊谷店　電話　048－525－6363

レッスン
スケジュール