

2021年10月 レッスンスケジュール

9/26改訂版

【一之江】

⇒レッスンデビューにおすすめなレッスン

月曜日				火曜日				水曜日						
9:00	プール	エアビクスマージナルスタジオ	ヨガビレイスタジオ	マルチスタジオ	9:00	プール	エアビクスマージナルスタジオ	ヨガビレイスタジオ	マルチスタジオ	9:00	プール	エアビクスマージナルスタジオ	ヨガビレイスタジオ	マルチスタジオ
10:00	10:10~10:30 定員:35名 スタート 大谷むつみ				定員:35名 アクティブサーキット 星野明 10:00~10:30						¥550(税込) 定員:30名 ベニツクツク 磯山範子 9:30~10:00			
11:00	¥550(税込) 定員:15名 プライベート 大谷むつみ 10:45~11:15	スタート 塩野貴之 10:30~11:00		¥550(税込) 定員:22名 太極拳(初級) 田震 10:30~11:30	¥550(税込) 定員:15名 プライベート スタート&呼吸 星野明 10:45~11:15	スタート 田島里佳 10:10~10:40				¥550(税込) 定員:20名 10:00~10:30 奇数週/偶数週 ホル・ド・アラフイ 1711 崔 恩和	¥550(税込) 定員:10名 ビレイ 【フォームラ&ワークル】 花村愛子 9:45~10:30			¥1,100(税込) 定員:22名
12:00	プライベート 磯山範子 11:25~11:55	プライベート 塩野貴之 11:35~12:05		¥550(税込) 定員:22名 太極拳(中級) 田震 11:50~12:50	プライベート 星野明 11:25~11:55	プライベート 田島里佳 11:00~11:45				¥550(税込) 定員:33名 10:15~10:45 磯山範子	¥550(税込) 定員:26名 プライベート 崔 恩和 10:45~11:45			¥550(税込) 定員:26名 スイミングスクール中級 磯山範子 11:00~12:00
13:00	プライベート 磯山範子 12:35~13:05	プライベート 塩野貴之 12:25~13:10			スイミングスクール中級 大谷むつみ 12:00~13:00	プライベート 田島里佳 12:05~12:50					¥550(税込) 定員:30名 プライベート 崔 恩和 10:45~11:45			¥550(税込) 定員:26名 プライベート 浅見真理 11:55~12:55
14:00	プライベート 磯山範子 13:10~13:40			¥550(税込) 定員:26名 太極拳スクール(剣) 田震 13:10~14:10	プライベート 大谷むつみ 13:10~13:40	プライベート 田島里佳 12:55~13:45				¥550(税込) 定員:25名 プライベート 大谷むつみ 12:45~13:15	プライベート 磯山範子 12:10~12:40			¥550(税込) 定員:30名 プライベート 依田直也 12:05~12:50
15:00	¥550(税込) 定員:15名 スタート&呼吸 クール 杉浦裕紗 14:00~14:30				プライベート 大谷むつみ 13:45~14:15	プライベート 田島里佳 13:10~13:55				¥550(税込) 定員:26名 プライベート 花村愛子 13:10~13:55	プライベート 磯山範子 13:20~13:50			¥550(税込) 定員:26名 プライベート 依田直也 13:10~14:00
16:00						プライベート 新井千景 14:15~15:05				¥550(税込) 定員:25名 プライベート 大谷むつみ 14:15~15:05	プライベート 磯山範子 14:00~14:30			¥550(税込) 定員:30名 プライベート 依田直也 13:10~14:00
17:00						プライベート 新井千景 14:15~15:05				¥550(税込) 定員:25名 プライベート 大谷むつみ 14:15~15:05	プライベート 磯山範子 14:00~14:30			¥550(税込) 定員:30名 プライベート 依田直也 13:10~14:00
18:00						プライベート 新井千景 14:15~15:05				¥550(税込) 定員:25名 プライベート 大谷むつみ 14:15~15:05	プライベート 磯山範子 14:00~14:30			¥550(税込) 定員:30名 プライベート 依田直也 13:10~14:00
19:00						プライベート 新井千景 14:15~15:05				¥550(税込) 定員:25名 プライベート 大谷むつみ 14:15~15:05	プライベート 磯山範子 14:00~14:30			¥550(税込) 定員:30名 プライベート 依田直也 13:10~14:00
20:00	定員:20名 泳ぎこみ500 星野明 19:30~20:00	スタート 石川真規子 19:25~19:55				プライベート 新井千景 14:15~15:05				¥550(税込) 定員:20名 プライベート 大谷むつみ 15:25~16:25	プライベート 磯山範子 15:20~16:05			¥550(税込) 定員:30名 プライベート 依田直也 13:10~14:00
21:00	¥550(税込) 定員:15名 スタートUPクル 星野明 20:15~20:45	インジョイア60(中級) 石川真規子 20:10~21:10				プライベート 新井千景 14:15~15:05				¥550(税込) 定員:33名 X55 高橋愛 15:05~15:50	プライベート 磯山範子 15:20~16:05			¥550(税込) 定員:30名 プライベート 依田直也 13:10~14:00
22:00	プライベート 星野明 20:55~21:25					プライベート 新井千景 14:15~15:05				¥550(税込) 定員:33名 X55 高橋愛 15:05~15:50	プライベート 磯山範子 15:20~16:05			¥550(税込) 定員:30名 プライベート 依田直也 13:10~14:00

新しく増えました!
10/1より予約可能です。

開始時間が変更
となりました。

10/20より
10回1クール ¥17,600(税込)
または
1回 ¥2,200(税込)
での都度払いが可能です。

新しく増えました!
10/1より予約可能です。

2021年10月 レッスンスケジュール

9/26改訂版

【一之江】

⇒レッスンデビューにおすすめなレッスン

金曜日				土曜日				日曜日						
9:00	プール	エアロビクスマージナルスタジオ	ヨガビレイスタジオ	マルチスタジオ	9:00	プール	エアロビクスマージナルスタジオ	ヨガビレイスタジオ	マルチスタジオ	9:00	プール	エアロビクスマージナルスタジオ	ヨガビレイスタジオ	マルチスタジオ
	定員:35名													
10:00	スタートウォーク 磯山範子 9:30~10:00 ¥550(税込) 定員:20名	スタートステップ 吉岡知美 9:45~10:15 定員:33名				スタートウォーク 李敬樹 10:00~10:30 ¥550(税込) 定員:15名	スタートウォーク 李敬樹 10:00~10:30 ¥550(税込) 定員:33名				スタートウォーク 李敬樹 10:00~10:30 ¥550(税込) 定員:26名			
11:00	フィットネス 磯山範子 10:15~10:45	10:30~11:15 奇数週 ベテランステップ 偶数週 ベテランステップ 吉岡知美 ¥550(税込) 定員:20名				フィットネス 角谷享宣 10:15~11:00	太極拳(初級) 田震 10:30~11:30 ¥550(税込) 定員:22名				進もう 平泳ぎ 李敬樹 10:45~11:15	フィットネス 富宿康平 10:45~11:30	ヨガビレイ 宮内真紀 10:45~11:45 ¥550(税込) 定員:26名	
12:00	プライベート 大谷むつみ 11:00~11:30		ヨガ改善 『アスリート』 11:00~12:00 ¥1,100(税込) 定員:26名		キッズ スイミングスクール 11:00~12:00	フィットネス 角谷享宣 11:20~12:05						ヨガビレイ しんこ 11:40~12:40 ¥1,100(税込) 定員:20名		
12:00	プライベート 大谷むつみ 11:35~12:05	チャレンジIPD 吉岡知美 11:35~12:25 ¥550(税込) 定員:15名				12:25~12:40	太極拳(中級) 田震 11:50~12:50					ヨガビレイ しんこ 11:50~12:50 ¥550(税込) 定員:33名		
12:00	プライベート 大谷むつみ 12:10~12:40					ヨガ改善 角谷享宣 12:40~13:10 ¥550(税込) 定員:22名							ヨガビレイ しんこ 12:00~12:30 定員:26名	
13:00	プライベート 大谷むつみ 12:45~13:15					13:10~14:10	太極拳スクール(陳式) 田震 13:10~14:10							ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
14:00	ヨガビレイ 大谷むつみ 13:30~14:00 定員:35名					プライベート 大谷むつみ 13:45~14:15 ¥550(税込) 定員:30名								ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
14:00	ヨガビレイ 大谷むつみ 13:30~14:00 定員:35名					ベテランステップ 大谷むつみ 14:30~15:00 ¥550(税込) 定員:33名								ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
15:00	ヨガビレイ 大谷むつみ 13:30~14:00 定員:35名					スイミングスクール初級 大谷むつみ 15:15~16:15								ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
15:00	ヨガビレイ 大谷むつみ 13:30~14:00 定員:35名					チャレンジIPD 斉藤智史 15:10~16:00								ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
15:00	キッズ スイミングスクール 14:45~18:30													ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
16:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
16:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
17:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
17:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
18:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
18:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
19:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
19:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
20:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
20:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
21:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
21:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名
22:00														ヨガビレイ しんこ 12:45~13:15 定員:26名

新しく増えました!
日にちが変わりました。
10/1より予約可能です。

●は有料550円のレッスンです。 ●は有料1,100円以上のレッスンです。
■はスクール・プライベートレッスンです。(料金は館内ポスターをご確認ください。)

※レッスン内容や担当者は都合により変更する場合がございます。
※祝祭日のスケジュールは別紙にてご案内いたします。
※無料、有料問わずすべてのレッスンでご予約が必要になります。
(WEB予約の方法は別紙でご案内させていただきます。)

◆有料レッスン予約日について◆
※各種スクールは館内にPOPを張り出しますので予約日をご確認ください。
※スイムプライベートは毎月20日に予約開始になります。
(20日が休館日の場合は翌営業日に開始となります。)

予約の開始初日は2時とさせていただきます。受付日初日の電話受付は12時からとなります。
※その他有料レッスンは 前月の25日 午前8時より予約開始となります。
予約制限はございません。
料金・定員につきましては各レッスンに明記しております。料金は1回分の料金となります。

