

2024年4月29日(月)祝日営業スケジュール

【鷺沼店】

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ	
9:00	無料：白抜き+マーク (🍀) 有料レッスン：ピンク (全て550円) ・ブルー太枠 (1,100円～)			9:00
10:00	3/23 改定			10:00
11:00	ウォーター・イン・モーション アフロ30 落合玲奈 10:30～11:00 ¥550			11:00
12:00		UBOUND 江藤悠 11:10～12:10 ¥550		12:00
13:00	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> アスリエ他店舗会員様 ご予約 4/22(月) 9:00～フロント 12:00～お電話 にて承ります </div>	★ ファイトウ ～スタートジョイント～ 寶達真紀子・三浦剛 12:30～13:30 ¥1,650	ベシックバレエ 佐々木蘭子 13:00～14:00 ¥550	13:00
14:00		★ リズ 中尾桂子 14:00～15:00 ¥550	ボワント 佐々木蘭子 14:15～14:55 ¥1,100	14:00
15:00		★ マルチステップ (初中級) 《2台固定→サークル》 山口達 15:20～16:30 ¥1,100 <定員：11名>	カガ改善 西村海 15:15～16:00 ¥550	15:00
16:00			新five707-ストレッチ45 西村海 16:15～17:00 ¥550	16:00
17:00				17:00
18:00				18:00
19:00				19:00
20:00	★… WEB予約順での入場となります。			20:00

【祝日レッスンのご予約について】
 ・当クラブの会員様(プラス1会員、プラスA会員を含む)以外の外部の方のご予約は、当日フロントにてご予約を受付いたします。
 ・外部の方がご参加される際は、参加費とは別途2,200円(税込)の施設利用料がかかります。当日フロントにてお支払いください。

■ファイトウ～スタートジョイント～ 担当：寶達真紀子・三浦剛
 ファイトウマスタートレーナーの三浦剛IRと寶達IRのジョイントレッスンです。
 この機会にぜひともご参加ください！

■ボワント 担当：佐々木蘭子
 トウシューズの基礎から行っていくクラスです。ベシックバレエのご参加が必須となります。

■マルチステップ (初中級) 《2台固定→サークル》 担当：山口達
 おひとり2台のステップ台を使用し、完成後にサークル(円)を作り、みんなで一緒に動きます。
 一体感を楽しみましょう！

ご不明な点がございましたらお問い合わせください。 鷺沼店 TEL 044-853-0001