

5月3日(金)祝日営業スケジュール 【鷺沼店】

5月4日(土)祝日営業スケジュール 【鷺沼店】

5月6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
10:00	プライベートスイム 小堀香織 9:45~10:15		
11:00	プライベートスイム 小堀香織 10:20~10:50	★ オリジナルヨガ(中級)50 大城戸美香 10:30~11:20 ¥550	健康36体操&ストレッチ 田村成之 10:20~11:20 ¥550
12:00	アクアエア 小堀香織 11:05~11:50 ¥550	★ オリジナルヨガ(初・中級) 大城戸美香 11:40~12:40 ¥550	調整&ストレッチヨガ60 竹内典子 11:35~12:35 ¥550
13:00	プライベートスイム 小堀香織 12:00~12:30		
14:00		★ 水泳 竹ヶ原佳苗 13:00~14:00 ¥550	
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			
20:00	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)		

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ
10:00			
11:00		★ 水泳 田口優喜 10:30~11:30 ¥550	
12:00		★ Dance Fit 田口優喜 11:45~12:30 ¥550	
13:00		フィットウ 斉藤裕子 12:45~13:45 ¥550	太極拳(初級) 野田康太 12:30~13:30 ¥550
14:00			太極拳(上級) 野田康太 13:45~14:45 ¥550
15:00		ヨガダンス 斉藤裕子 14:00~15:00 ¥550	
16:00	アクアエア 小堀香織 15:00~15:45 ¥550		
17:00	プライベートスイム 小堀香織 16:45~17:15	オリジナルヨガ 加藤剛 17:00~18:00 ¥550	新five707-ストレッチ45 西村海 16:35~17:20 ¥550
18:00			
19:00			バレエイベント ~海賊 第一幕より キュリナーラのバリエーション~ 加藤剛 18:15~19:30 ¥1,100
20:00	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)		

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ
10:00			
11:00		カネコ・イン・モーション アキラ30 落合玲奈 10:30~11:00 ¥550	
12:00		パワーカデイ 李一美 11:00~12:00 ¥550	
13:00		太極拳(上級) 野田康太 12:30~13:30 ¥550	バレエイベント 片山葉子 12:30~13:30 ¥550
14:00		チャレンジ 中尾桂子 14:00~14:50 ¥550	バレエイベント ~パキータ第4バリエーション~ 片山葉子 13:45~14:45 ¥1,100
15:00			
16:00		★ 水泳 中尾桂子 15:05~16:05 ¥550	カク改善 西村海 15:00~15:45 ¥550
17:00			新five707-ストレッチ45 西村海 16:00~16:45 ¥550
18:00			
19:00			
20:00	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)		

【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。

■バレエイベント~海賊 第一幕よりキュリナーラのバリエーション~ 担当：加藤剛
 75分間で基礎レッスンからバリエーションまで仕上げましょう。

■バリエーション ~パキータより第4バリエーション~ 担当：片山葉子
 「パキータより第4バリエーション」を60分で完成させましょう。※1分くらいの短めの曲です ※
 ベーシックバレエからの連続受講がオススメです。

★ ... WEB予約順での入場となります。

ご不明な点がございましたらお問合せください 鷺沼店 電話044-853-0001