

2024年5月 レッスンスケジュール

【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	エアロビクスマラソンスタジオ	ヨガピラティススタジオ	マルチスタジオ	プール	エアロビクスマラソンスタジオ	ヨガピラティススタジオ	マルチスタジオ	プール	エアロビクスマラソンスタジオ	ヨガピラティススタジオ	マルチスタジオ	9:00
10:00	定員:40名 スタートワーク 磯山範子 9:30~10:00		【持ち物】 フェイスタオルと 大きめのバスタオル						定員:40名 スタートワーク 李敬樹 9:45~10:15				10:00
	¥550(税込) 定員:20名												
	フィット 磯山範子 10:15~10:45												
11:00		¥550(税込) 定員:40名	背骨ヨガ イェンガ® 花村愛子 10:00~11:00										11:00
	プライベート 大谷むつみ 11:00~11:30 プライベート 大谷むつみ 11:30~12:00	ステップ 初級 伊藤那未 11:00~11:45	定員:30名 ゆったりヨガ 【5種目】 花村愛子 11:15~11:45										
12:00		¥550(税込) 定員:40名											12:00
13:00													13:00
14:00													14:00
15:00													15:00
16:00													16:00
17:00													17:00
18:00													18:00
19:00													19:00
20:00													20:00
21:00													21:00
22:00													22:00

【持ち物】
フェイスタオルと
大きめのバスタオル

NEW!
キッズ
スイミングスクール
11:00~12:00

10回1クール ¥22,000(税込)
または
1回 ¥2,750(税込)
での都度払いが可能です。

12 ヌードル
26 グローブ

●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枠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。

