



550円（税込）
レッスン

1,100円（税込）
レッスン

フロント受付
有料レッスン

有料のスクール・プライベートです。各金額はフロントでご確認下さい。
(スクール、パーソナル、プライベート等は毎月25日よりフロントで受付いたします。)

[illegible]

2025年Xmasレッスンスケジュール【鴻巣店】

無料 初心者向け
レッスン550円(税込)
レッスン1,100円(税込)
レッスン2,200円(税込)
レッスン

フロント受付

有料のスクール・プライベートです。各金額はフロントでご確認ください。
(スクール、パーソナル、プライベート等は毎月25日よりフロントで受付いたします。)

	金曜日				土曜日				日曜日				
	スミガール	フィットネス	ウェルネス	マソング	スミガール	フィットネス	ウェルネス	マソング	スミガール	フィットネス	ウェルネス	マソング	
9:00	※プールの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。				※プールの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。				※プールの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。				9:00
10:00		ベージュ 井上裕史 9:20~10:05				美ユテBody Wave45 マソング 9:30~10:15	モビリティエクササイズ 伴藤由恵 9:25~9:45		フリーフィッシュ コース 9:30~10:30				10:00
11:00		はじめてマソング 井上裕史 10:20~11:20	太極拳(初級) 水谷孝 9:50~10:50			ZUMBA®Gold60 マソング 10:25~11:25	ヨガ75 12月は… 『背中をひらく』 伴藤由恵 10:00~11:15						11:00
12:00		パワーMI 井上裕史 11:35~12:35	陳式太極拳 水谷孝 11:00~11:45			SALSATION®60 マソング 11:40~12:40							12:00
13:00													13:00
14:00		ZUMBA®60 マソング 13:25~14:25	やさしいダンス 中谷美佐 13:00~14:15			Xmas55 45 正木愛乃 13:10~13:55	外泳60 山崎愛留 13:00~14:00						14:00
15:00						Xmas special ユナ・グト・41 正木愛乃 14:15~15:05							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

NEW

ご不明な点がございましたらお問合せください

鴻巣店 電話 048-540-4848

