


2026年1月2日（金）特別営業スケジュール 【一之江店】

9:00	ブル	エアロビクス・マーシャルスタジオ	ヨガ・ピラティススタジオ	マルチスタジオ
10:00				
11:00	定員:40名 30分 磯山龍子 11:00～11:30	新年ジョイントリトモス祭 リトモス新曲 と リトモスMIX 伊藤那未&植竹美季 11:00～13:15		
12:00	※55U(税込) 定員:20名 リトモス 11:45～12:15			
13:00				
14:00		※55U(税込) 定員:40名 XS5(45) 渡邊綾 13:35～14:20		
15:00		※55U(税込) 定員:22名 ユーバウンド60 渡邊綾 14:35～15:35		
16:00				
17:00				
18:00				
19:00				
20:00				

祝日営業時間:10:00～18:00 (スポーツ施設の終了は17:45です。)

【予約方法について】  
無料・有料関係なくすべてのレッスンにおいてWEBでご予約をして頂きます。  
受付開始日は12/25 8:00からとなります。  
WEBでの予約方法につきましては別紙でご案内いたします。

※  は初心者・体力に自信のない方向けのレッスンです。  
※ ■ は有料レッスンです。フロントにて別途お申込みをお願いします。  
※ 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。


ご不明な点がございましたらお問合せください 一之江店 電話 03-3651-4848

2026年1月3日（土）特別営業スケジュール 【一之江店】

9:00	ブル	エアロビクス・マーシャルスタジオ	ヨガ・ピラティススタジオ	マルチスタジオ
10:00				
11:00	定員:40名 70分 伊藤那未 11:00～11:30	ダンススキルアップと KPOP 伊藤那未 10:30～11:30		
12:00	※55U(税込) 定員:40名 新年 泳ぎ初め750 星野明 11:45～12:30	※55U(税込) 定員:40名 おしげ 7&170 伊藤那未 11:45～12:30	※55U(税込) 定員:20名 【3,17,24,31実施】 ベージュH1E 【A'11教師資格保持】 花村愛子 11:30～12:30	
13:00		※55U(税込) 定員:40名 おしげ 7&170 伊藤那未 12:45～13:35	定員:20名 ピラティス 【午後改善】 伊ヶ谷花音 13:00～13:40	
14:00			※55U(税込) 定員:30名 ピラティス 【ウエストひきしめ】 伊ヶ谷花音 13:55～14:40	
15:00				
16:00				
17:00				
18:00				
19:00				
20:00				

祝日営業時間:10:00～18:00 (スポーツ施設の終了は17:45です。)

【予約方法について】  
無料・有料関係なくすべてのレッスンにおいてWEBでご予約をして頂きます。  
受付開始日は12/25 8:00からとなります。  
WEBでの予約方法につきましては別紙でご案内いたします。

※  は初心者・体力に自信のない方向けのレッスンです。  
※ ■ は有料レッスンです。フロントにて別途お申込みをお願いします。  
※ 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。


ご不明な点がございましたらお問合せください 一之江店 電話 03-3651-4848

2026年1月12日（月）特別営業スケジュール 【一之江店】

9:00	ブル	エアロビクス・マーシャルスタジオ	ヨガ・ピラティススタジオ	マルチスタジオ	9:00
10:00	※55U(税込) 定員:40名 ベージュH1E 大谷心つみ 10:00～10:30		定員:30名 30分 上園美千代 10:00～10:30		10:00
11:00			※55U(税込) 定員:30名 姿勢改善30分 上園美千代 10:35～11:20	※55U(税込) 定員:30名 太極拳(初級) 田震 10:30～11:30	11:00
12:00			※55U(税込) 定員:30名 ハワイアンフラ 上園美千代 11:35～12:35	※55U(税込) 定員:30名 太極拳(中級) 田震 11:40～12:40	12:00
13:00			※55U(税込) 定員:30名		13:00
14:00	※55U(税込) 定員:20名 新法ぎ 鮎川嘉典江 14:00～14:30		※55U(税込) 定員:8名 ミニレッスン (呼吸と体幹改善) 伊藤那未 14:40～15:15		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

祝日営業時間:9:00～20:00 (スポーツ施設の終了は19:45です。)

【予約方法について】  
無料・有料関係なくすべてのレッスンにおいてWEBでご予約をして頂きます。  
受付開始日は12/25 8:00からとなります。  
WEBでの予約方法につきましては別紙でご案内いたします。

※  は初心者・体力に自信のない方向けのレッスンです。  
※ ■ は有料レッスンです。フロントにて別途お申込みをお願いします。  
※ 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。

ご不明な点がございましたらお問合せください 一之江店 電話 03-3651-4848