


2026年2月11日（水）特別営業スケジュール 【1/21改訂版】 【一之江店】

9:00	プール	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
		¥550(税込) 定員:40名	¥550(税込) 定員:15名		
10:00	定員:40名 スプラッシュグファイト 磯山範子 10:00~10:20	らくらくダンスエアロ 崔恩和 9:45~10:30	ピラティス 【フォー・アンド・ア・ワークアウト】 花村愛子 9:45~10:30		10:00
		¥550(税込) 定員:40名	¥550(税込) 定員:30名		
11:00	フィットネス 磯山範子 10:35~11:05 定員:20名	外も60 崔恩和 10:45~11:45	機能改善ミュージック フュージョン 花村愛子 10:45~11:30		11:00
12:00		¥550(税込) 定員:30名			12:00
		初級・上級 依田直也 12:05~12:50			
13:00		¥550(税込) 定員:30名			13:00
		初級・上級ステップ 依田直也 13:10~14:00			
14:00					14:00
15:00					15:00
16:00	キッズ スイミングスクール 14:45~18:30				16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00					20:00

特別営業時間: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1/25 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2月23日（月）特別営業スケジュール 【1/21改訂版】 【一之江店】

9:00	プール	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	¥550(税込) 定員:40名 ベータワーク 大谷むつみ 10:00~10:30		定員:30名 30分ストレッチ 上園美千代 10:00~10:30	¥550(税込) 定員:30名	10:00
11:00		定員:30名 ピラティス 【免疫改善】 伊ヶ谷応幹 11:00~11:40	姿勢改善30分 上園美千代 10:35~11:20	太極拳(初級) 田農 10:30~11:30	11:00
	NEW!!		¥550(税込) 定員:30名	¥550(税込) 定員:30名	
12:00		¥550(税込) 定員:15名	ハワイアンフラ 上園美千代 11:35~12:35	太極拳(中級) 田農 11:40~12:40	12:00
		ピラティス 【体幹強化】 伊ヶ谷応幹 11:55~12:45	¥550(税込) 定員:30名		
13:00					13:00
14:00	¥550(税込) 定員:20名 平泳ぎ 鮎川喜美江 14:00~14:30				14:00
15:00					15:00
16:00	キッズ スイミングスクール 14:45~18:30	¥550(税込) 定員:23名 ファイト45 NAGISA 16:00~16:45			16:00
17:00		¥550(税込) 定員:5名 30分ストレッチ NAGISA 17:00~17:30			17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00					20:00

NAGISA IRのお得なペア割
実施中 ペア割定員17名
¥550(税込)

特別営業時間: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1/25 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