

2026年2月レッスンスケジュール1/25改訂版【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

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。)

月曜日				火曜日				水曜日			
スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	マツダ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	マツダ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	マツダ
※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。			
											八巻イサタツの無料レッスが 増えました。 好評につき、6名から8人に増員。 毎週テーマを変え、少人数制で行います。 予約は7-9にしてください。 2/4腰痛改善 2/11:膝痛改善 2/25肩こり改善
10:00	泳法スクール 【定員12名】 増田郁乃 10:00～11:00	Meridian Body Conditioning 柴田朱美 10:15～11:15	ハ巻イサタツの無料レッスが 増えました。 好評につき7月から8名に増員!! 毎週テーマを変え、少人数制で行います。 予約は7-9にしてください。 2/2:上半身 2/9:下半身	チャレンジアツ 10:30～11:15 NAGISA	簡単ステップ40 柴田朱美 9:55～10:35	30分 『温活30』 ～寒さに負けない～ 伴藤由恵 10:30～11:30		チャレンジアツ 高附真佐江 10:30～11:15	バラス改善ストレッチ 【定員20名】 山川理沙 9:50～10:50		
11:00	泳法スクール 【定員12名】 増田郁乃 11:05～12:05	外EX60 柴田朱美 11:30～12:30	ランニング45 正木愛乃 11:40～12:40		簡単ステップ40 柴田朱美 11:35～12:15	ヨガトレーニング45 八巻拓夢 11:50～12:35		2/4平泳ぎ 2/25ハーフ 増田郁乃 11:30～12:15	バーンアップ 山川理沙 11:00～11:45		
12:00	Web予約なし							プライベート 増田郁乃 12:30～13:00	バーンアップ 山川理沙 12:00～12:45		
13:00	スタートワーク 鈴木文子 12:50～13:10	ディカハ7-45 正木愛乃 13:00～13:45	シンプルヨガ 柴田朱美 12:45～14:00		かんたんアツアツ あゆみ 12:50～13:50				2/4、25実施 ディカハ7-45 正木愛乃 13:00～13:45		神の舞 1月～2月休講
14:00		バーンアップ 八巻の ウェルネス45 八巻拓夢 14:00～14:45	モビリティエクサス 鈴木文子 14:10～14:30						太極拳(中級) 1月～2月休講		マヒビティ 【定員15名】 神谷智美 13:45～14:30
15:00		ピラティス 鈴木文子 14:45～15:45		Web予約なし		SALSAION@ マツダ 14:15～15:15					
16:00				スタートワーク 伴藤由恵 15:00～15:20		バーンアップ マツダ 15:25～16:10					
17:00	柴田先生の火曜レッスンの3本のうち2本は組み合わせでも2本で550円で 受講できるペア割新規導入!! もちろん、簡単ステップのみ、簡単ステップのみの受講も可能です。 (その場合、550円です。) 《例》 簡単ステップ+マツダ=550円 簡単ステップ+マツダ=550円 簡単ステップのみ=550円 簡単ステップのみ=550円 簡単ステップのみ=550円 ※ペア割の場合 かんたんアツの2本はマツダ40に予約をお願いします。										
18:00											
19:00			毎月第3月曜 休講	フリーフィニッシュ 1コース 18:00～20:00							
《隔週プログラム》 2/2 ランニング60 19:40～20:40 担当: 田島里佳 2/9 チャレンジアツ 20:30～21:20 担当: 後藤亜紀子					2/3、24実施 X55 45 正木愛乃 19:30～20:15	肩こり腰痛改善!! ピラティス60 鈴木文子 19:30～20:30			バーンアップ 竹内愛 19:30～20:10	ランニング45 NAGISA 19:30～20:15	
隔週プログラム											
					チャレンジアツ 後藤亜紀子 20:30～21:20	2/24実施 ランニング45 NAGISA 20:45～21:30			オリジナルエアロ 竹内愛 20:25～21:25	ランニング45 NAGISA 20:25～21:10	

フロント受付

A colorful graphic with the word 'WELCOME' in large, multi-colored letters. Above the letters are yellow and green balloons and small yellow stars. The graphic is split by a vertical line.

《2/22(日)イベント情報》
2/22(日)

X55 45
フィットネススタジオ
13:20~14:05
担当:RIKA
定員:40名
【550円】

ユーバウンド60
フィットネススタジオ
14:30~15:30
担当:Shun&RI
定員:25名
【1100円】

ファイトウ45
 ウェルネススタジオ
 15:55~16:40
 担当:Shun
 定員:55名
 【550円】

2/22限定
ファイト*ウ45
Shun

15:55~16:40

--	--

2月スケジュール改訂版です。
また、2/11、23日は別紙
祝日スケジュールをご覧ください。
ご確認宜しく願います。

レッスン
参加申し込み方法

前月の25日0時より全レッスンの予約が開始になります。
プールの無料レッスン以外がWeb予約の対象となります。
レッスン当夜8:00まで受付をいたします。
当日15:00までキャンセルは無料です。(5枚2,750円、10枚5,500円)
当日15:00:00までキャンセルは、以降はキャンセル料（返金は発生いたしません。また、申込日より25日を経過した場合はキャンセル料が不可となります。）がかかります。
お問い合わせは、有料レッスン参加希望の方はグループズ
161-624-0000に、クレジットカードの登録をお勧めいたします。
クレジットカード: Visa、MasterCard、American Express
※は別紙にてご案内いたします。



鴻樂店 電話 048-540-4848