

2026年2月 レッスンスケジュール

有料レッスン：ピンク（550円）太枠ブルー（1,100円～）
無料：白抜き+マーク 有料プライベート・スクール：黒

【鷺沼店】

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	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	3F リラクゼーションルーム	スイミングプール	フィットネススタジオ
	★ 2/17 9:15~9:35				3ヶ月クール ・1月 リトモス ・2月 DanceFit ・3月 リトモス			
10:00		2/3・24 2/17 クロール 青泳ぎ	★ DanceFit 五十嵐亮 9:45~10:45 ￥550	★ 太極拳(初級) 朱動 9:40~10:40 ￥550	2/4・18 10:55~11:55 リトモス			
	★ 2/25 9:45~10:45 ￥550				2/25 10:55~11:45 オリジナルステップ(初中級)			
11:00	★ 2/25 10:30~11:00 ￥550		★ 2/25 10:30~11:00 ￥550		★ 2/25 10:30~11:00 ￥550			
12:00								
13:00								
14:00								
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

金曜日			土曜日			日曜日		
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	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	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
10:00								
11:00								
12:00								
13:00								
14:00								
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

◆白の枠は初心者・体力に自信がない方向けのレッスンです。
◆スタジオでのレッスンは開始20分前から入室できます。整列の場合は30分前となります。
◆★のマークのレッスンはweb予約順での入場となります。10分前にお集まりください。
※レッスンは全て、webでの予約・決済となります。
※祝祭日のスケジュールは別紙にてご案内いたします。
※スピードコースはお客同士で泳ぎこんでいく時間です。フリーコースの半分を使用します。
【外部の方のレッスンのご予約について】
・当クラブの会員様(プラス1会員、プラスA会員を含む)以外の外部の方のご予約は、当日フロントで
ご予約を受付いたします。
・外部の方がご参加される際は、参加費とは別途2,200円(税込)の施設利用料がかかります。
当日フロントにてお支払いください。

ご不明な点がございましたらお問合せください 鷺沼店 電話 044-853-0001