

2026年3月レッスンスケジュール改訂版

	月曜日				火曜日				水曜日				金曜日				土曜日				日曜日							
	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名	スイミングスクール 定員:40名	フィットネススタジオ 定員:40名	ウェルネススタジオ 定員:30名	アリーナ 定員:25名				
9:00																												
10:00			太極拳(入門) 野田康太 9:30~10:30																									
11:00	スイミングスクール(中級) 佐藤理恵 定員:12名 10:00~11:00	ダンスフィット 竹ヶ原佳苗 10:30~11:30			アガ45 俣野映子 10:30~11:15								スイミングスクール(中級) 太智直子 定員:12名 10:15~11:15	太極拳(中級) 呉静 10:45~11:45	ヨガ 竹内典子 10:45~11:45													
12:00	プライベート 佐藤理恵 11:05~11:35																											
13:00	スイミングスクール(初級) 佐藤理恵 定員:12名 12:25~13:25																											
14:00	プライベート 佐藤理恵 13:30~14:00																											
15:00	プライベート 秋田真澄 14:20~14:50																											
16:00	スイミングスクール(初級) 佐藤理恵 定員:12名 15:00~16:00																											
17:00	スイミングスクール(初級) 佐藤理恵 定員:12名 16:30~17:10																											
18:00	スイミングスクール(初級) 佐藤理恵 定員:12名 17:20~18:20																											
19:00																												
20:00																												
21:00																												
22:00																												

9:00
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

9:00
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

ネットを使用します!
15名以上で3D-JSを使用します。

9,23日開催
ヨガフォーミュラ

2,16,30日開催
70-30

31日 休講

3日 ハウカデイ45
10日 ユーホウト45
17日 ハウカデイ45
24日 X55(45)
31日 休講

ハレレッスンのみのご参加は可能!

ヨガクラスからのご参加はいただけません。ハレレッスンからご参加をお願いします。

3/14のみイベント開催!!
2/25~予約サイトにて受付開始!
会員様:550円
外部の方:1,100円+施設使用料2,200円

定員:6名
料金:1,650円

プライベート
松浦真
料金:1,650円
18:45~19:30

プライベート
松浦真
19:30~20:00

※ レッスン内容や担当者は都合により変更・休講となる場合がございます。
※ 祝祭日のスケジュールは別紙、及び専用予約サイトにてご案内いたします。
※ 予約済レッスンに並んでお待ちになる際は 開始20分前よりスタジオ前にお並びください
※ 各スタジオの入場順はWEBの方から優先のご入場になります。その後、当日でのご参加の方を案内致します。

ご不明な点がございましたらお問い合わせください 大倉山店 電話 045-533-4848