

# 2026年4月29日(水) 祝日営業スケジュール

# 【鷺沼店】

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ	
9:00	無料：白抜き+マーク ( 🍌 ) 有料レッスン：ピンク (全て550円) ・ブルー太枠 (1,100円～)			9:00
10:00		チャレンジ (中級) 中川正博 9:50~10:40 ¥550		10:00
11:00			コンディショニングヨガ 石川かおる 10:30~11:30 ¥550	11:00
12:00		オリジナルステップ(初中級) 中川正博 10:55~11:55 ¥550		12:00
13:00			新five707-ストレッチ45 西村海 12:00~12:45 ¥550	13:00
14:00				14:00
15:00		オリジナルエアロ (初中級) 吉岡知美 14:00~14:50 ¥550	ベリーダンス ミラ 14:10~15:10 ¥550	15:00
16:00	クロール初級 井上勝弥 15:00~15:30 ¥550	🍌	スタート 吉岡知美 15:05~15:35	16:00
17:00	平泳ぎ初級 井上勝弥 15:40~16:10 ¥550	★	オリジナルステップ (初中級) 兵藤芽久美 15:50~16:50 ¥1,100	17:00
18:00	週替わりスィム中級~個人メドレー~ 井上勝弥 16:20~16:50 ¥550			18:00
19:00				19:00
20:00	★ ... WEB予約順での入場となります。			20:00

【祝日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、当日フロントにて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い合わせください。 鷺沼店 TEL 044-853-0001