

2026年5月4日（月）特別営業スケジュール【4/22改訂版】 【一之江店】

9:00	プール	エアロビクス・マラシャルスタジオ	ヨガ・ピラティススタジオ	マルチスタジオ	9:00
10:00	YSSU(税込) 定員:40名 【マフカワ】 大谷むつみ 10:00~10:30		定員:30名 3D トリプ 上園美千代 10:00~10:30	YSSU(税込) 定員:30名	10:00
11:00		姿勢改善3が 上園美千代 10:35~11:20	太極拳(初級) 田 震 10:30~11:30		11:00
12:00	YSSU(税込) 定員:40名 ZUMBA45 須藤誠人 12:00~12:45	ハワイアンフラ 上園美千代 11:35~12:35	太極拳(中級) 田 震 11:40~12:40	YSSU(税込) 定員:30名	12:00
13:00	Y1100(税込) 定員:22名				13:00
14:00	YSSU(税込) 定員:20名 新浜き 船川喜美江 14:00~14:30	YSSU(税込) 定員:40名 XS5(45) 田島里佳 14:15~15:00	YSSU(税込) 定員:8名 キネシオロジー 【呼吸と機能改善】 伊藤 浩 14:50~15:15		14:00
15:00		Y1100(税込) 定員:20名			15:00
16:00	NEW!!	ファイドウ60 田島里佳&須藤誠人 15:15~16:15			16:00
17:00	定員:40名 マフカワ 子守 星野明 17:00~17:30				17:00
18:00	定員:20名 泳ぎこみSSU 星野明 17:45~18:15				18:00
19:00					19:00
20:00					20:00

祝日営業時間: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4/25 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5月5日（火）特別営業スケジュール【4/22改訂版】 【一之江店】

9:00	プール	エアロビクス・マラシャルスタジオ	ヨガ・ピラティススタジオ	マルチスタジオ	9:00
10:00					10:00
11:00		YSSU(税込) 定員:40名 ラディカルパワー 【バックナンバー】 大谷むつみ 11:00~11:45			11:00
12:00		YSSU(税込) 定員:40名 ファイドウ45 【バックナンバー】 大谷むつみ 12:00~12:45			12:00
13:00					13:00
14:00	NEW!!	YSSU(税込) 定員:40名 マフカワ 大谷むつみ 13:30~14:00			14:00
15:00					15:00
16:00					16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00					20:00

祝日営業時間: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4/25 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5月6日（水）特別営業スケジュール【4/22改訂版】 【一之江店】

9:00	プール	エアロビクス・マラシャルスタジオ	ヨガ・ピラティススタジオ	マルチスタジオ	9:00
10:00		定員:40名 スブラッシングワイト 横山純子 10:00~10:20	定員:30名		10:00
11:00	みんが 横山純子 10:35~11:05 定員:20名	NEW!!	YSSU(税込) 定員:15名 ピラティス 【体幹強化】 伊ヶ谷成幹 10:55~11:45		11:00
12:00		YSSU(税込) 定員:40名			12:00
13:00		YSSU(税込) 定員:40名 ヨガ/ヨガアップ 依田直也 12:05~12:50			13:00
14:00		YSSU(税込) 定員:40名 ヨガ/ヨガアップ 依田直也 13:10~14:00			14:00
15:00		Y1100(税込) 定員:40名			15:00
16:00		Y1100(税込) 定員:40名 フリースタイルダンス 須藤誠人&チエルシー 15:00~15:45			16:00
17:00		Y1100(税込) 定員:40名 ZUMBA60 須藤誠人&チエルシー 16:00~17:00			17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00					20:00

祝日営業時間: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4/25 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

ご予約
電話、フロント
のみです!

ラディカルパワーに参
加された方は
ファイドウも無料で参加
していただけます