

5/22改定

2026年6月 レッスンスケジュール

有料レッスン：ピンク (550円) 太極ブルー (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】

時間	月曜日			火曜日				水曜日			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	3F リアセッションルーム	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	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		レッスン 9:15~9:35				3ヶ月クール 4月 リトモス 5月 DanceFit 6月 リトモス													
11:00		レッスン 9:45~10:45 ¥550	100m以上を目指すクロールクラス																
12:00		レッスン 11:10~12:10 ¥550																	
13:00		レッスン 12:30~13:30 ¥550																	
14:00		レッスン 13:30~14:30 ¥550																	
15:00		レッスン 14:30~15:30 ¥550																	
16:00		レッスン 15:00~16:00 ¥550																	
17:00		レッスン 16:00~17:00 ¥550																	
18:00		レッスン 17:00~18:00 ¥550																	
19:00		レッスン 18:30~19:30 ¥1,100																	
20:00		レッスン 19:30~20:00 ¥550																	
21:00		レッスン 20:30~21:00 ¥550																	
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様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。