


2026年7月20日（月）特別営業スケジュール 【一之江店】

9:00	プール	エアロビクス・マーシャルスタジオ	ヨガ・ピラティススタジオ	マルテスタジオ	9:00
10:00	¥550(税込) 定員:40名 アーサーマツ 大谷むつみ 10:00~10:30		定員:30名 ヨガストレッチ 上園美千代 10:00~10:30	¥550(税込) 定員:30名	10:00
11:00	¥550(税込) 定員:20名 フィット 大谷むつみ 10:40~11:10	¥550(税込) 定員:40名 ZUMBAGO 須藤誠人 11:00~12:00	姿勢改善ヨガ 上園美千代 10:35~11:20	太極拳(初級) 田震 10:30~11:30	11:00
12:00			¥550(税込) 定員:30名 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	12:00
13:00			¥550(税込) 定員:30名		13:00
14:00	¥550(税込) 定員:20名 クロール 鮎川喜美江 14:00~14:30				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6/25 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