






※12月23日(土)・24日(日)は**ディ**定期の方も、**ジム・プール・お風呂**のご利用が可能です

12月23日(土)			12月24日(日)		
スタジオ	大会議室	プール	スタジオ	大会議室	プール
9:30					
10:00		9:30~10:30 キンダー (1コース)			9:30~10:30 キンダー (1コース)
10:00~10:45 月替りZUMBA 柴田			10:15~10:45 はじめてエアロ (代)岡本		
		10:30~11:30 キッズ (1コース)		クリスマス特別イベント 10:30~11:30 コンニャク湿布 &梅しょう番茶 藤原(新)	10:30~11:30 キッズ (1コース)
11:00 登 11:00~12:30 関節メンテナンス (中級) 土井			11:00~11:30 (変更)ヨガ (代)岡本		
12:00		11:30~12:30 ジュニア1 (2コース)			11:30~12:30 ジュニア1 (2コース)
13:00					
12:45~13:15 はじめてヨガ 土井					12:30~13:30 ジュニア2 (2コース)
		13:00~14:00 キッズ (1コース)	クリスマス特別イベント 13:00~13:45 ZUMBA 福島		
14:00					
13:30~14:30 クリスマス特別イベント ラテンエアロ 森		14:00~15:00 キンダー (1コース)			
15:00					
		15:00~16:00 キッズ (2コース)	クリスマス特別イベント 14:00~16:00 パーソナルスイム 藤原(亮)		
16:00		16:00~17:00 ジュニア1 (2コース)			
16:15~17:00 はじめてヨガ 岡本	クリスマス特別イベント 16:20~17:30 MION&柴田 コラボZUMBA				
17:00		17:00~18:00 ジュニア2 (2コース)			
18:00					
			18:30営業終了		
19:00					
			 ...初心者の方に おすすめレッスン  ...クリスマス特別レッスン (料金は右記を確認ください)  ...登録制成人スクール  ...無料レッスン  ...キッズスクール		
20:00					
21:00					
	21:30営業終了				

12月23日(土)

時間	レッスン名	担当	料金	会場
10:00 ~ 10:45	月替りZUMBA	柴田	施設利用料金のみ	スタジオ
11:00 ~ 12:30	(登)関節メンテナンス	土井	登録制成人スクール (月謝制)	スタジオ
12:45 ~ 13:15	はじめてヨガ	土井	施設利用料金のみ	スタジオ
13:30 ~ 14:30	(特)ラテンエアロ	森	施設利用料金のみ	スタジオ
16:15 ~ 17:00	はじめてヨガ	岡本	施設利用料金のみ	スタジオ
16:20 ~ 17:30	(特)コラボZUMBA	MION&柴田	1,500円	大会議室

12月24日(日)

時間	レッスン名	担当	料金	会場
10:15 ~ 10:45	はじめてエアロ	(代)岡本	施設利用料金のみ	スタジオ
11:00 ~ 11:30	(変更)ヨガ	(代)岡本	施設利用料金のみ	スタジオ
13:00 ~ 13:45	(特)ZUMBA	福島	施設利用料金のみ	スタジオ
15:00				
14:00~16:00	(特)パーソナルスイム	藤原(亮)	2,000円 / 30分	プール
15:00 ~ 15:30	(特)ベーシックエアロ	山崎	施設利用料金のみ	スタジオ
16:00				
16:00~17:00	(特)泳法撮影会	藤原(亮)	300円 / 5分~10分	プール
17:00				
10:30 ~ 11:30	(特)コンニャク湿布 &梅しょう番茶	藤原(新)	2,000円	第二会議室

InBody無料測定会 (会場:2階ジム)

12月23日(土)

12月24日(日)

時間
9:30 ~ 11:30
14:00 ~ 15:30

時間
10:00 ~ 16:30



InBodyのご予約は12月9日(土)9時30分より受付いたします。(電話予約可能)
都合によりイベントの内容変更や中止がある場合がございます。予めご了承ください。