

2019年3月21日(木)



『春分の日』



特別スケジュール

場所	スタジオ		プール	フリーコート クライミング
	1	2		
10	マークの付いているレッスンは、 初心者やシルバー世代の方でも安心してご参加頂けます。			
11	ハッピーエアロ初級 10:15~11:15 友井	LES MILLS BODYBALANCE ボディバランス 10:20~11:05 難波江	アクアフィットネス 11:00~11:30 飯塚	有料スクール 月：¥4,320 都度：¥1,620 初回のみ お試し価格¥1,080
12	バレエ初中級 11:30~12:30 佐藤(愛)	ストレッチポール 11:20~11:50 難波江	スカーリング 11:40~12:25 松田	
13	バレエ有料クラス 12:35~13:05 佐藤(愛)	くびれ&背中美人ヨガ 12:00~13:00 佳奈	上級スクール 12:35~13:35 松田	
14	~花粉症にも効果的~ 春のデトックスヨガ 13:15~14:15 佳奈	LES MILLS RPM RPM初心者教室 13:20~13:30 RPM45 13:30~14:15 飯塚		
15	LES MILLS BODYATTACK ボディアタック 14:30~15:30 渡辺・霜倉	3月21日 特別レッスン ハッピーエアロ初級 担当：友井IR 通常のレッスンより強度を低くし、どなたでも楽しんで頂けるクラスになっております。 春のデトックスヨガ 担当：佳奈 ahスタジオとのコラボ企画第一弾。皆さんがこの時期お困りの花粉症緩和のヨガをお教えします!!		
16				
17	ジュニア 体育 15:45~18:00		ジュニア スイミング 15:00~19:15	
18				

＜ご利用になれる会員種別＞

A-1・新A-1・フルタイム・町田フルタイム・シルバー・(旧)デイ・ホリデー・ナイト&ホリデー・アンダー28・アンダー30
 ・100分・スチューデント・都度・マンスリー5・クライミング・ホット・アフター5&ホリデー
 但し、都度会員様・マンスリー5会員様・75分会員様・100分会員様のご利用方法は変わりません。
 時間外利用料の1,000(税抜)をお支払い頂ければ、上記の会員様以外でもご利用が可能です。

＜ご利用になれる時間帯＞

9:00~20:00(20:00最終チェックアウトとなります。)