

2019年11月4日(月)

「文化の日振替休日」

特別スケジュール



場所	スタジオ		プール	ホットスタジオ	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	ボディパンプ60 10:15~11:15 山口	骨盤調整エクササイズ 10:15~11:15 田中		コンディショニングヨガ 10:00~11:00 ☆☆ Eimi	
12	ボディアタック60 11:30~12:30 渡辺・飯塚(翔)	オリジナルエアロ初級 11:30~12:30 石川	12:00~13:00 初級スクール (有料クラス) 山森	シェイプフローヨガ 11:30~12:30 ☆☆☆ Eimi	
13	ボディコンバット60 12:45~13:45 山口・野崎	ストレッチ 12:40~13:10 A-1スタッフ		リンパデトックス 13:00~14:00 ☆ eimy	
14		全身シェイプ 13:20~13:50 A-1スタッフ	13:10~13:30 ビギナー平泳ぎ ↑担当:山森↑		
15	バレエ初中級 14:00~15:00 Haruka	ストレッチ&ダンス 14:00~15:00 清水	水中ヨガ 13:45~14:15 小川(万)	リフレッシュヨガ 14:30~15:30 ☆☆☆ eimy	
16	ヴァリエーションクラス (バレエ有料クラス) 15:05~16:05 Haruka 有料クラス 1,100円(税込)		ステップアップスイム 14:25~15:05 小川(万)		15:20~16:20 卓球 サークル
17	ジュニア 体育 16:45~19:00	バトンワーリング チアダンス 16:10~18:15	ジュニア スイミング 15:00~19:15		
18				<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px;"> 11月3日は祝日ですが 通常スケジュールで 営業致します。 </div>	

<ご利用になれる会員種別>

A-1・新A-1・フルタイム24・フルタイム24U30・フルタイム・町田フルタイム・シニア・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。)