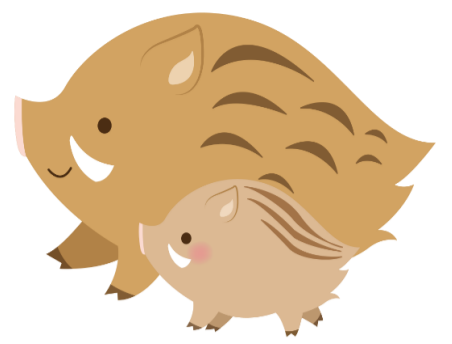


# 2019年12月29日(日)

## 『令和元年営業最終日』

### 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
	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。  <b>成人の皆様は10時オープンとなります。</b>				ジュニア合気道 9:15~10:15 高橋(明)
11	<b>太極拳</b> 10:30~11:30 シン	ストレッチポール 11:00~11:30 高橋和	締めくくり4泳法 特別レッスン 10:30~11:15 山森	<b>ピラティス</b> 10:30~11:30 ☆☆☆	<b>武田流合気道</b> 10:30~11:30 高橋(明)
12	2019年締めくくり <b>ボディアタック60</b> 11:40~12:40 渡辺	☆大人気☆ 全身シェイプ 11:40~12:10 渡部	11:30~11:45 W&J <b>アクアフィットネス</b> 11:45~12:15 飯塚	<b>marie</b>	
		バランスボール 12:20~12:50 高橋和		<b>体幹ストレッチ</b> 12:00~13:00 ☆☆ marie	
13	<b>ジャズストレッチ</b> 12:50~13:30			<b>おなかシェイプ ヨガ</b> 13:30~14:30 ☆☆☆ Yuki	
14	<b>2019 Last Dance!!</b> ~コンビネーションを多く~ 13:30~14:20 鈴木	<b>RPM45</b> 13:10~13:55 飯塚			
15	<b>オリジナルワークアウト</b> 14:30~15:30 川上	今年もプログラムへの ご参加有難うございました。 来年も町田店を宜しくお願い致します。 NAスポーツクラブA-1町田店一同			
16	<b>ステップ初中級</b> 15:45~16:45 川上	<b>ホットヨガラストレスン</b> 令和元年ありがとう スペシャルレッスン ~アロマキャンドルヨガ~		<b>陰ヨガ</b> 15:00~16:00 ☆ Yuki	
17	2019年町田店ラストレッスン <b>ボディコンバット60</b> 17:00~18:00 伊藤・高橋和	<b>ハワイアンウクレレ</b> (有料スクール) 16:30~18:00 鴻池		<b>アロマキャンドル ヨガ</b> 16:30~17:30 ☆☆☆ 佳奈	
18					<b>ラケットボール サークル</b> 17:30~18:30
<b>19時閉館となりますので、ご注意ください。</b>					

<ご利用になれる会員種別>

会員種別に関わらず、全ての会員様がご利用頂けます。  
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。

<ご利用になれる時間帯>

10:00~19:00 (19:00最終チェックアウトとなります。)

<A-1の日>

この日は会員種別に関わらず、どなた様もご利用頂ける  
スペシャルな日です！是非お越し下さい！  
※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。

# 2020年1月3日（金）

## 『令和2年営業初日』

### 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
	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。				
<b>成人の皆様は10時オープンとなります。</b>					
11	<b>First Jazz Dance</b> 10:30~11:30 清水	ストレッチ 11:00~11:30 A-1スタッフ	<b>泳ぎ初め</b> <b>マスターズ</b> (有料スクール) 11:00~12:30 小松 ↑500円(税抜)↑	<b>新年ヨガ初め</b> 10:30~11:30 ☆☆☆ eimy	
12	<b>お正月特別レッスン</b> <b>『レズミルズ90』</b> 11:45~13:30 ボディアタック30 ボディパンプ30 ボディコンバット30 <b>連続チャレンジクラス!!</b> ↑担当: 渡辺・飯塚翔↑	<b>ナイトプログラム</b> <b>アロマキャンドルヨガ</b> 11:45~12:45 佳奈			<b>リンパ</b> <b>デトックス</b> 12:00~13:00 ☆☆ eimy
13	<b>オリジナルワークアウト</b> 13:45~14:45 川上	<b>ピラティス</b> 13:00~14:00 田中		<b>卓球</b> <b>サークル</b> 13:20~14:20	
14				<b>アロマ</b> <b>キャンドルヨガ</b> 13:30~14:30 ☆☆☆ 佳奈	
15	<b>ステップ初中級</b> 15:00~16:00 川上			<b>ストレッチ&amp;</b> <b>ピラティス</b> 15:00~16:00 ☆☆ IZUMI	<b>ラケットボール</b> <b>サークル</b> 14:40~16:00
16				<b>お正月太り対策</b> <b>ワークアウト</b> 16:30~17:30 ☆☆☆ IZUMI	
17	<div style="border: 2px solid red; padding: 10px;"> <p>新年、明けましておめでとうございます。            今年もNAスポーツクラブA-1を            宜しくお願い致します。            皆様のご期待に応えられる様、            スタッフ一同頑張っていきます。            NAスポーツクラブA-1町田店一同</p> </div>				
18	<b>19時閉館となりますので、ご注意ください。</b>				

<ご利用になれる会員種別>

会員種別に関わらず、全ての会員様がご利用頂けます。  
 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。

<ご利用になれる時間帯>

10:00~19:00 (19:00最終チェックアウトとなります。)