

# 2020年1月13日(月)

## 『成人の日』

### 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。				
	<b>ボディパンプ60</b> 10:15~11:15 野崎				コンディショニングヨガ 10:00~11:00 ☆☆ Eimi
11		ストレッチ 10:45~11:15 A-1スタッフ			
	<b>ボディコンバット60</b> 11:30~12:30 野崎・渡辺	<b>オリジナルエアロ初級</b> 11:30~12:30 石川			シェイプフローヨガ 11:30~12:30 ☆☆☆ Eimi
12			12:00~13:00 初級スクール (有料クラス) 山森		
	<b>ボディアタック60</b> 12:45~13:45 渡辺	全身シェイプ 12:45~13:15 A-1スタッフ			リンパデトックス 13:00~14:00 ☆ eimy
13			13:10~13:30 ビギナー平泳ぎ ↑担当:山森↑		
	<b>バレエ初中級</b> 14:00~15:00 Haruka	<b>ストレッチ&amp;ダンス</b> 13:40~14:40 清水	水中ヨガ 13:45~14:15 小川(万)		
14			ステップアップスイム 14:25~15:05 小川(万)		
	<b>ヴァリエーションクラス</b> (バレエ有料クラス) 15:05~16:05 Haruka 有料クラス 1,100円(税込)	<b>社交ダンス初級</b> 15:00~16:00 松岡			リフレッシュヨガ 14:30~15:30 ☆☆☆ eimy
15					15:20~16:20 卓球 サークル
	<b>ジュニア体育</b> 16:45~19:00	<b>バトンワーリング チアダンス</b> 16:10~18:15	<b>ジュニアスイミング</b> 15:00~19:15		
16					
17					
18					

＜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・ジム24  
 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・ジム24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。)