

2023年5月3日(金・憲法記念日)レッスンスケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00			<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> 営業時間 9:00～20:00 </div>
9:30		ボディリセット 9:25～9:55 山口 裕聖	
10:00	リラックスヨガ 9:45～10:30 内村 すま子		
10:30		ボディリセット 10:10～10:40 山口 裕聖	
11:00	エアロシンプル 10:50～11:35 小東 勇太		アクア 11:00～11:30 新沼 隆代
11:30			
12:00	ZUMBA 12:45～13:30 小東 勇太	リフレッシュムーブ 12:00～12:45 葉月 ちひろ	かんたんスイミング② 12:25～13:25 津幡 祐二
12:30			
13:00	UBOUND 13:00～13:30 福澤 久美子	エアロCombo 13:05～13:50 小東 勇太	
13:30			
14:00	骨盤スリム 13:55～14:40 岡野 亮子		
14:30			
15:00	エアロシンプル 14:55～15:40 岡野 亮子		
15:30			
16:00	<div style="border: 1px solid red; padding: 2px;">祝日特別レッスン</div>		
16:30	BODYBALANCE 16:00～16:45 大野 隼翔 予約開始: 4/26(金) 16:55～	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px;"> <p>【有料】BODYCOMBAT リザーブ申込後レッスン開始までに フロントにてお支払いをお願いいたします。 5/1(水)以降にお支払いをお願いいたします</p> <p>武蔵小金井店会員様: 550円(税込) ビジター・他店会員様: 1100円(税込)</p> <p>予約開始: 4/26(金) 18:25～ (ビジターのお客様は当日フロントにてご予約ください)</p> </div>	
17:00	<div style="border: 1px solid red; padding: 2px;">祝日特別レッスン</div>		
17:30	【有料】BODYCOMBAT 17:15～18:15 西村 健		
18:00			
18:30	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px;"> 『皆様こんにちは！西村健(たけし)と申します！ 私のレッスンは超ハイテンション熱血系です！（笑） 今回祝日バージョンの熱い選曲でお届けいたします！一緒に最高の時間を過ごしましょう！ 皆様のご参加をお待ちしております♪』 </div>		
19:00			
19:30	★スタジオレッスンにご参加の際は、オアシスリザーブにて予約が必要です。		
20:00	※祝日営業のため、デイトム・モーニング・アフタヌーン・ウィークデイ午前・ウィークデイ午後 イブニング・ナイト会員様は全施設ご利用の場合時間外利用料1,650円が必要です。		