

【雪谷24】 8月11日(火) 山の日祝日スケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	プール	ご案内	
10:00				【予約】 リザーブにて14日前の 各レッスン終了時間の10分後 よりご予約いただけます。 例：10:40～11:10 ベーシックエアロ参加の場合 7月28日(火)11:20～予約開始 ※プールエリアは使用不可です。	10:00
10:30		リラックスヨガ 10:20～11:05 草野 宏美			10:30
11:00	ベーシックエアロ 10:40～11:10 宮川 真希				11:00
11:30					11:30
12:00	Group Centergy 11:30～12:30 宮澤 美咲	ストレッチ 11:30～12:00 宮川 真希			12:00
12:30		【短期】 ストレッチスクール 12:15～13:00 宮川 真希		【有料】 GroupPower ジョイントレッスン 若井が雪谷配属初のイベントレッ スンへ参戦！ エネルギッシュな2名のインスト ラクションをぜひお楽しみくださ い♪ Group Fight ジョイントレッスン この日限り！？スタッフ岩倉が 帰ってきます！ 同世代なかよしコンビ 安間×岩倉のコンビネーションを たくさん味わってください♪ 最初で最後のジョイントレッス ンをみなさんで一緒に楽しみましょ う～！！ 料金： レッスン2本参加 1,650円 レッスン1本参加 1,100円 ※ビジターの方は別途、施設利用 料(1DAYPASSPORT等)が必要 です。 定員：45名 最少催行人数：10名 ※リザーブでご予約後 ご入金をお願いいたします。 ※レッスン開始15分前に空きが あればご参加可能です。 ※有料レッスンはチケット消化な しでご参加いただけます。	12:30
13:00					13:00
13:30	ボディ改良エクササイズ 12:50～13:20 栗林 伸子		13:30		
14:00		HIP HOP 13:25～14:10 早川 嘉一郎			14:00
14:30	パワーヨガ 13:40～14:25 沢村 えり子				14:30
15:00	Group Power 14:45～15:45 若井 雄磨 安間 ゆりか	太極拳 14:30～15:15 新垣 まさよ			15:00
15:30					15:30
16:00		フラダンス 15:35～16:20 菊井 典子			16:00
16:30	Group Fight 16:05～17:05 安間ゆりか 岩倉広樹				16:30
17:00		【女性限定】 うららかヨガ 16:45～17:30 TAMAKI			17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30	～契約外利用のご案内～ ◆当日は祝日営業となります。 デイトム・イブニング・24Plus(60分を超える方)会員の方は契約外利用料 ¥1,650のお支払でご利用いただけます。 ◆プールエリアは休館です。			18:30	
19:00				19:00	
19:30				19:30	
20:00				20:00	
	スタジオ1	スタジオ2	プール	ご案内	