

5/4 (MON) 施設開放DAYスケジュール (体験利用のお客様)

Groupexercise Timeschedule

Standard Studio	Volcano Studio
-----------------	----------------

特別営業DAY

10:00		10:00
10:30		10:30
11:00		11:00
11:30		11:30
12:00		12:00
12:30		12:30
13:00		13:00
13:30		13:30
14:00		14:00
		14:30
		15:00
		15:30
		16:00
		16:30
		17:00

踊って脂肪燃焼!

11:00~11:45
LES MILLS
DANCE
スタッフ

格闘でストレス発散!

12:15~13:00
LES MILLS
BODYCOMBAT
スタッフ

13:30~14:15
UING
jump
スタッフ

12:00~12:45
Volcano Yoga
リフレッシュ45
スタッフ

13:15~14:00
Volcano Yoga
デトックス45
スタッフ

14:30~15:20
ZENSEE 禅×Yoga
mindfulness ~シンギングボウル~
スタッフ

シンギングボウルの音浴で
リラックスしませんか?

営業時間
10:00~17:00

・体験でご利用のお客様は施設利用料無料でご利用いただけます。
・オールレンタル無料です。(Tシャツ・ハーフパンツ・シューズ・タオルセット)
※インナー、靴下のご用意はありません。

お手続き

営業時間内にて、ご入会された新規お客様のお手続きが可能です。
※退会・休会・変更などのお手続きは翌営業日となります。

スタジオレッスン

・予約不要で参加可能です。
・レッスン開始10分前よりご入場ができ、座席はお好きな場所をお選びいただけます。
・Volcano Yoga参加の際は、バスタオルと500ml以上のお飲み物をご用意ください。

【横浜店の会員様】

・ご家族、ご友人様など、ご新規のお客様と同伴で施設利用が可能となります。施設利用料は無料です。
※レンタル品につきましては、オプション契約に準じます。別途有料でのご利用も可能です。

【スタジオレッスンについて】

ご予約は不要です。レッスン開始10分前よりご入場ができます。座席はお好きな場所をお選びいただけます。

4月から新しいクラス
仲間入り♪
どなたでも楽しくできる
トランポリンエクササイズ!
程よい有酸素・筋トレ・
体幹トレーニングで基礎体力
をつけましょう!