

Groupexercise Timeschedule

Standard Studio		Volcano Studio	
9:30	格闘でストレス発散！ 10:00～10:45 LES MILLS BODYCOMBAT スタッフ	9:30～10:15 Volcano Yoga リフレッシュ45 スタッフ	9:30
10:00			10:00
10:30			10:30
11:00	トランポリンで脂肪燃焼！ 11:15～12:00 UBOUND スタッフ	11:15～12:05 ZENSEE 禅×Yoga mindfulness ~シンギングボウル~ スタッフ	11:00
11:30			11:30
12:00		シンギングボウルの音浴で リラックスしませんか？	12:00
12:30			12:30
13:00			13:00

特別営業DAY

営業時間は、9:00～13:00となります。

- ・ご体験でご利用のお客様は施設利用無料でご案内いたします。
- ・オールレンタル無料となります。
(Tシャツ・ハーフパンツ・シューズ・タオルセット)
- ※インナーや靴下のご用意はございません。ご注意ください。
- ・ジム、スタジオ、スパエリアのご利用が可能です。
- ・ご希望のお客様はパーソナルトレーニング最大60分無料でお試しもできます。フロントにてご予約いただきます。
- ※枠に限りがございます。

お手続きについて

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。

スタジオレッスンについて

- ・予約不要でご参加が可能です。
- ・汗拭き用のタオルと水分補給できるものをご用意ください。
- ・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。
- ・Volcano Yogaご参加の際には、バスタオルと500ml以上のお飲み物を必ずご用意ください。

【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。開始10分前よりご入場、座席はお好きな場所をお選びいただけます。