

# 2024年9月23日(月) 振替休日

## Time schedule

	studio A	studio B	Pool
8:00			
8:30			
9:00			
9:30		女性限定	
10:00	9:50~10:35 24式太極拳 大久保朋美	9:40~10:25 HOTYOGA骨盤調整 ユキ	10:00~10:45 アクア45 吉田賢一
10:30			
11:00	10:50~11:35 ステップライト45 YASUCO	10:45~11:30 HOTYOGAピギナー ユキ	
11:30			
12:00	無料event		
12:30	11:55~12:55 <b>RITMOS</b> YASUCO	11:50~12:35 HOT ZENSEE (陽) MIHO	12:00~12:30 フィンスイム アドバンス
13:00			有料
13:30	13:10~13:55 リラックスヨガ 木崎 純	12:55~13:25 Warmストレッチ 乾	12:45~13:45 成人 スイミングスクール A-12
14:00			
14:30	14:10~14:55 ベルビックスストレッチ 木崎 純	13:45~14:30 <b>Wow!HIP</b> MINORI	
15:00			
15:30	15:15~16:00 けいらくストレッチ 中村勝美	14:50~15:35 美軸ライン ストレッチ TOMOMI	
16:00	有料event		
16:30	16:20~17:20 <b>+TEC15</b> Strength Development 浅川裕司×家城	15:55~16:40 ベリーダンス TOMOMI	15:15~16:15 ジュニア スイミングスクール A-15
17:00			16:15~17:15 ジュニア スイミングスクール A-16
17:30	有料event		
18:00	17:40~18:40 <b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> 浅川裕司×家城×大久保		17:15~18:15 ジュニア スイミングスクール A-17
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			

## Information

### RITMOS

★有料イベント★

[参加費]

無料

[定員]

50名

[申込方法]

Webサービス・イベント予約

### Strength Development

自分自身のスキルアップやより効果を得るためにテッククラスを実施いたします！

疑問解消できる最高の機会！！

皆様のご参加を心よりお待ちしております！

★有料イベント★

[お申込み・入金期間]

8月20日(火)10:00~

各レッスン開始30分前まで

[参加費]

¥1,100円(税込)

[定員]

30名

[申込方法]

Webサービス・イベント予約

### LES MILLS BODYPUMP

東神奈川の熱き男たちと60分間の熱いレッスンを楽しみませんか？皆様のご参加心よりお待ちしております！！

★有料イベント★

[お申込み・入金期間]

8月20日(火)10:00~

各レッスン開始30分前まで

[参加費]

¥1,320円(税込)

[定員]

40名

[申込方法]

Webサービス・イベント予約

黄色の枠は  
通常レッスンと異なります。

営業時間 8:00~20:00(各種お手続きは19:00まで)

※デイトタイム会員様は時間外利用料¥1,100がかかります

※有料イベント以外のレッスンは通常のWEB予約システムにて  
ご予約をお願いいたします。