

2025年3月20日(木)春分の日

Time schedule

Information

	studio A	studio B	Pool
10:00	10:00~10:50 協栄シェイプ ボクシング Aya	10:00~10:45 美軸ライン エクササイズ 菊名菜穂	10:00~10:45 やさしい 水中運動教室
10:30			
11:00	11:05~11:50 ボディメンテナンス 渋谷輝幸	11:00~11:45 <i>Balletone</i> 高橋典子	11:05~11:50 アクア45 浜田浩之
11:30			
12:00	12:10~12:55 Brain to Balance hitomi	12:00~12:45 <i>wow! HIP</i> MINORI	12:00~12:30 ミットシェイプ 浜田浩之
12:30			有料
13:00	13:10~13:40 YOGAコリオ 池田	13:10~13:40 筋膜リリース 野口	12:45~13:45 成人 スイミングスクール D-12
13:30			
14:00	14:00~14:45 LES MILLS BODY PUMP 浅川裕司	14:00~14:45 ピラティスフロー 石川和江	
14:30			
15:00	有料event		
15:30	15:10~16:10 LES MILLS BODYCOMBAT 青柳紀映×大久保	15:10~16:10 キッズ 体育スクール	15:15~16:15 ジュニア スイミングスクール D-15
16:00			
16:30	ジム&サウナスパ会員参加可能 16:30~17:15 LES MILLS BODYSTEP 青柳紀映	16:20~17:20 キッズジュニア 体育スクール	16:15~17:15 ジュニア スイミングスクール D-16
17:00			
17:30	ジム&サウナスパ会員参加可能 17:35~18:20 LES MILLS BODYATTACK 大久保	17:30~18:30 ジュニア 体育スクール	17:15~18:15 ジュニア スイミングスクール D-17
18:00			
18:30			18:15~19:15 ジュニア スイミングスクール D-18
19:00			
19:30			
20:00	<p>営業時間 8:00~20:00(各種お手続きは19:00まで) ※デイトム会員様は時間外利用料¥1,100がかかります</p>		

LES MILLS BODYCOMBAT

日本を代表するトレーナー青柳紀映IRと大久保の初ジョイント！！
普段のレッスンでは味わえない達成感をや最高のCOMBATライフと一緒に味わいませんか？
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]

2月20日(木)10:00~

各レッスン開始30分前まで

[参加費]

¥1,650円(税込)

[定員]

50名

※受講場所は当日レッスン

10分前に抽選で決めます。

[申込方法]

Webサービス⇒イベント予約

LES MILLS BODYSTEP LES MILLS BODYATTACK

ジム&サウナスパ会員

参加可能！！

無料イベント！！

★無料イベント★

[お申込み・入金期間]

2月20日(木)10:00~

各レッスン開始30分前まで

[参加費]

各レッスン⇒無料

[定員]

BODYSTEP⇒40名

BODYATTACK⇒50名

※受講場所は当日レッスン

10分前に抽選で決めます。

[申込方法]

Webサービス⇒イベント予約

※有料イベント、無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。

※有料イベントは、ご自身のアカウントにて前日までにキャンセルをお願い致します。

※ご入金後のキャンセルは致しかねます。

※当日キャンセル・無断キャンセルの場合、キャンセル料として参加費と同額が発生致します。