

訂正版 戸田 2月23日(金) 祝日レッスンスケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
9:00			
10:00		10:00~10:45 ホットヨガ45 宮崎 忍	
11:00		11:00~11:45 ホット陰ヨガ45 宮崎 忍	11:00~11:30 アクアビクス KOZUE
12:00	12:30~13:15 ボクシングエクササイズ 栗原 いづみ	12:15~12:45 ホットストレッチ30 山田 美佳	
13:00		13:00~13:45 ホットピラティス45 山田 美佳	
14:00	14:30~15:15 ヨガ TOMO		
15:00			
16:00	16:00~16:30 ポールリリース30 小嶋 麻代	16:45~17:30 ホットヨガ45 小嶋 麻代	
17:00	キッズダンス(スクール)		
18:00	17:50~18:50 キッズダンス(スクール)		
19:00			
19:30 施設利用終了 / 20:00 閉館			

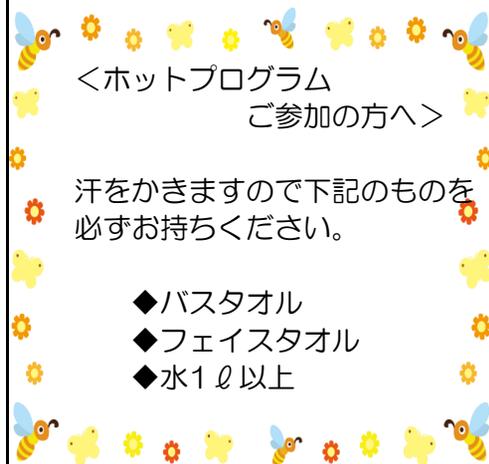
〈スタジオ定員〉

第1スタジオ 38名

第2スタジオ 26名

〈スタジオ参加の方〉

・入室前はアルコール消毒
にご協力ください。



ヨガ	リラクゼーション系	ダンス系	筋カトレーニング系	ホット	アクア
----	-----------	------	-----------	-----	-----

祝日営業日 ご利用案内

☆フルタイム・アンダー30・アンダー40・ファミリー・フレックス4・ナイト&ホリデー・戸田蔵会員
スクールママパパペア・スクールママパパ会員・スクールママパパ5

9:00~20:00

☆モーニング 9:00~12:00

☆平日昼間&ホリデー昼間 9:00~18:00

☆ナイトB 18:00~20:00

☆プール&スパ会員 9:00~20:00 (プール・スパのみ)

◎早朝・深夜利用登録会員は24時間ご利用いただけます

◎平日昼間・アフタヌーン・ナイトA⇒時間外利用料1,650円でご利用いただけます。(早朝深夜営業の時間外利用はご利用いただけません)

2月23日 (金) 祝日プールスケジュール

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
9:00			立止可							9:00
10:00			↑	↓	↑	↓	↑	U	U	10:00
11:00			↑	↓	U	11:00~11:30 アクアピクス <定員35名> KOZUE				11:00
12:00			↑	↓						12:00
13:00			↑	↓	↑	↓	↑	U	U	13:00
14:00		歩行	↑	↓	↑	↓	↑	U	U	14:00
15:00			↑	↓	↑	↓	↑	U	U	15:00
16:00			↑	↓	↑	↓	↑	U	U	16:00
17:00			↑	↓	↑	↓	↑	U	U	17:00
18:00			↑	↓	↑	↓	↑	U	U	18:00
19:00			↑	↓	↑	↓	↑	U	U	19:00
19:30 施設利用終了 / 20:00 閉館										

☆お客様のご利用状況によってコースを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。