

戸田

12月29日(月)特別営業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                             |                                     |   |  |
| 9:20~9:50<br>ウェーブストレッチ<br>佐々木 智美 |                                     |   |  |
| 10:00                            |                                     | 10:00~10:45<br>ホットヨガ45<br>佐々木 智美        | 10:00~10:30<br>アクアミックス<br><定員35名><br>田沼 栄一 |
| 11:00                            | 11:00~11:45<br>SALSATION®<br>Keiko  | 11:10~11:40<br>ホットウェーブストレッチ30<br>佐々木 智美 |  |
| 12:00                            | 12:00~12:45<br>CHOREOLOGY®<br>Keiko | 12:00~12:30<br>ホット陰ヨガ30<br>宮崎 忍         |  |
| 13:00                            | 13:00~13:45<br>UBOUND®<br>久野 翔利     | 12:45~13:30<br>ホットヨガ45<br>宮崎 忍          |  |
| 14:00                            | 14:10~14:55<br>ジャズダンス<br>HANAKO     |   |  |
| 15:00                            | 15:15~16:15<br>エンジョイ・フラ             |   |  |
| 16:00                            | ラニカラ工高梨<br>16:30~17:15<br>ヨガ<br>かおる |   |  |
| 17:00                            |                                     |   |  |
| 18:00                            |                                     |   |  |
| 19:00                            |                                     |   |  |
|                                  | 19:30 施設利用終了 / 20:00 閉館             |   |  |

|    |           |      |      |      |     |     |
|----|-----------|------|------|------|-----|-----|
| ヨガ | リラクゼーション系 | ダンス系 | エアロ系 | 筋トレ系 | ホット | アクア |
|----|-----------|------|------|------|-----|-----|

特別営業日 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・戸田駅会員  
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

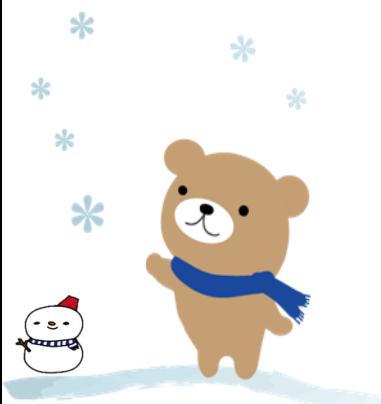
☆モーニング 9:00~12:00

☆平日屋間&amp;ホリデー屋間 9:00~18:00

☆ナイトA、B、ナイト&amp;ホリデー 16:30~20:00

☆プール&amp;スパ会員 9:00~20:00 (プール・スパのみ)

◎早朝・深夜利用登録会員の方、特別営業時間(20:00)で終了となります。



# 12月29日(月)特別営業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 |                         |   |     | ↑ | ↓ | 10:00~10:30<br>アクアミックス<br><定員35名><br>田沼 栄一 |   |   |   | 10:00 |
| 11:00 |                         |   |     |   | ↑ | ↑  | ↑ | ↑ | ↑ | 11:00 |
| 12:00 |                         |   | 歩行  |   |   |  |   |   |   | 12:00 |
| 13:00 |                         |   |     |   |   |  |   |   |   | 13:00 |
| 14:00 |                         |   |     |   |   |  |   |   |   | 14:00 |
| 15:00 |                         |   |     |   |   |  |   |   |   | 15:00 |
| 16:00 |                         |   |     |   |   |  |   |   |   | 16:00 |
| 17:00 |                         |   |     |   |   |  |   |   |   | 17:00 |
| 18:00 |                         |   |     |   |   |  |   |   |   | 18:00 |
| 19:00 |                         |   |     |   |   |  |   |   |   | 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。