




戸田

4月29日(水) 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	10:05~10:50 バレエ 田中 絵梨	10:00~10:45 ホットヨガ45 田淵 晃代	
11:00	11:15~11:45 はじめてエアロ 佐々木 智美		
12:00	12:00~12:45 ヨガ 佐々木 智美	12:30~13:15 ホットピラティス45 小嶋 麻代	12:10~12:40 アクアビクス <定員35名> KOZUE
13:00	13:15~13:55 ローインパクトエアロ 田丸 めぐみ	13:30~14:15 ホットポールストレッチ45 小嶋 麻代	
14:00	14:05~14:45 STEP1 田丸 めぐみ		
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
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。

〈ホットプログラム
ご参加の方へ〉

汗をかきますので下記のことを必ずお持ちください。

- ◆バスタオル
- ◆フェイスタオル
- ◆水1ℓ以上



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
----	-----------	------	------	------	-----	-----

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)

4月29日 (水) 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						↓	↑	∩	∩	10:00
11:00						↓	↑	∩	∩	11:00
12:00			↑	↓	↑	12:10~12:40 アクアピクス <定員35名> KOZUE				12:00
13:00										13:00
14:00	歩行					↓	↑	∩	∩	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。