

2025年2月11日(火祝)

《建国記念の日》 笹塚店

特別スケジュール

場所	スタジオ				プール	アクション スポーツ
	A	B	C	ホット		
10	オリジナルエアロ初級 10:15~10:45 上野 定員42名	ポールストレッチ 10:20~10:50 倉本 定員25名			リンパヨガ 10:20~11:05 山崎 ※予約制	バビースイミング 10:10~11:00 ★スクール制
11	メリハリボディ 11:05~11:35 上野 定員42名	深層筋ほぐしポール 11:05~11:35 倉本 定員25名	シニア美容 バレエ 10:00~11:30 ひろみ ★スクール制		ベーシックヨガ 11:45~12:30 HITOMI ※予約制	ツカサスイミング 11:00~12:00 岸田 ★スクール制
12	ZUMBA 11:55~12:40 安本 定員42名	ピラティス 12:05~12:50 若林 定員25名				アクアパーソナル 12:10~12:40 岸田 ※有料・予約制
13	パワーヨガ 13:00~13:45 HITOMI 定員42名	ニュートラルヨガ 13:05~13:50 若林 定員25名				アクアパーソナル 12:50~13:20 岸田 ※有料・予約制
14	BodyJam60 14:05~15:05 Nancy WEB予約 定員42名	RPM45 14:10~14:55 Aya WEB予約 定員12名				アクアフィットネス 13:30~14:00 古賀
15	Body Combat60 15:30~16:30 大西 WEB予約 定員42名	卓球 フリー 15:30~18:00	★チャレンジキッズ キッズカポエイラ 16:00~17:45 南城 ★スクール制		キッズ スイミング 更衣室 14:45~19:00	★チャレンジキッズ スイミング 15:15~19:30 ★スクール制
16						
17						
18						

※タイムスケジュールは急遽変更となる場合がございます

〈ご利用頂ける会員種別〉
 フルタイム・笹塚店フルタイム・デイモーニング・レギュラー・デイ・ホリデー・ナイト&ホリデー・スチューデント・アンダー30・デイモーニング
 マンスリー2・都度会員・クライミング会員(クライミングエリアのみ)・ホットフル会員・ホットマンスリー会員・ジム24会員

〈営業時間〉
 9:00~20:00(最終チェックアウトのお時間が20時となります)

このマークがついているプログラムは初めての方でも安心して、ご参加頂ける内容となっております。