

# 2025年2月24日(月祝)

## 《天皇誕生日》 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			バレエストレッチ & バレエ入門 10:00~11:30 ひろみ ★スクール制		ベビースイミング 10:10~11:00 ★スクール制	
11	バランスコーディネーション 10:30~11:15 安本 定員42名	ヨガ 10:20~11:05 高 畠 定員25名		ベーシックヨガ 10:20~11:05 町 田 ※WEB予約制		
12	ZUMBA 11:35~12:20 安本 定員42名	ボディメイクストレッチ 11:35~12:20 高 橋 定員25名		アクティブヨガ 11:25~12:10 高 畠 ※WEB予約制		
13	Body Balance45 12:40~13:25 長 沢 定員42名	はじめて ラテンダンス 12:40~13:25 ひろみ 定員25名		リラックスヨガ 12:30~13:15 高 畠 ※WEB予約制	中級スクール 13:15~14:00 川 口 ★スクール制	
14	Body Combat60 13:45~14:45 長 沢 WEB予約 定員42名	整体×筋トシ 猫背・反り腰改善 13:45~14:30 小川 壘 定員25名	ピラティスリフォーマー ~ 中 級 ~ 14:30~15:30 佳 奈 登録制	キッズ スイミング 更衣室 14:45~19:00	★チャレンジキッズ	
15	Body Pump60 15:10~16:10 伊 藤 WEB予約 定員42名	やさしい HIP HOP 14:50~15:35 片 木 定員25名			★チャレンジキッズ	★チャレンジキッズ
16	★チャレンジキッズ フリースタイル ダンス 16:30~18:00 MOGMI ★スクール制	卓球 フリー 17:00~18:00	★チャレンジキッズ 剛柔流 空手道 16:00~18:00 竹 川 ★スクール制		★チャレンジキッズ スイミング 15:15~19:30 ★スクール制	★チャレンジキッズ スカッシュ 16:00~18:00 ★スクール制
17						
18		★スクール制 フリースタイル ダンス 18:30~19:30	★スクール制 剛柔流空手道 18:30~20:00		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。	

※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)