

2025年9月23日(火)

《秋分の日》

笹塚店スケジュール

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			リンパヨガ 10:20~11:05 山崎		
11		深層筋ほぐし ポールストレッチ 10:50~11:30 倉本		※別途登録制	オリンピック スイミング 11:00~12:00 岸田	
	メリハリボディ 11:05~11:35 上野		シニア美容 バレエ 11:30~12:30 ひろみ		★スクール制	
12	オリジナル エアロ中級 11:55~12:40 田島	ボディメンテナンス &ストレッチ 11:50~12:35 藤江	★スクール制	ベーシックヨガ 11:45~12:30 HITOMI	アクアパーソナル 12:10~12:40 岸田	
				※別途登録制	※有料・予約制	
13	パワーヨガ 13:00~13:45 HITOMI	ピラティス 13:05~13:50 若林			アクアパーソナル 12:50~13:20 岸田	
					※有料・予約制	
14	【Online】 BodyJam60 14:05~15:05 Nancy	リラックス フローヨガ 14:10~14:55 若林			アクアフィットネス 13:30~14:00 古賀	
	※WEB予約制					
15	【Online】 BodyCombat60 15:25~16:25 藤江	卓球 フリー利用			★チャレンジキッズ	
	※WEB予約制	15:30~17:30			スイミング	
16	ZUMBA 16:45~17:30 安本					
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〉
フルタイム・笹塚フルタイム・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は20時となります）