

2026年2月

## A-1 笹塚店スタジオスケジュール

※状況により変更となる場合がございます。予めご了承ください。

曜日	月(MON)				火(TUE)				水(WED)				木(THU)				金(FRI)				土(SAT)				日(SUN)				
場所	A	B	C	ホット	A	B	C	ホット	場所																				
9																											9		
10																											10		
11																											11		
12																											12		
13																											13		
14																											14		
15																											15		
16																											16		
17																											17		
18																											18		
19																											19		
20																											20		
21																											21		
22																											22		
23																											23		

**休館日**

NEWプログラムのお試し  
期間を利用して特別レッスンとなります。

●スマートフォン、雑誌、手工具等の持ち込み、  
お客様同士の会話はご遠慮ください。  
●周りのお客様に迷惑となるような、激しい  
エクササイズや立位での運動はご遠慮ください。

カラーレッスン種別

- ブレコリオレッスン 世界中で大人気なプログラム
- ダンス系レッスン
- ヨガ・調整系レッスン
- エアロ・ステップレッスン
- ピラティスリフォーマーレッスン
- プールスキル系レッスン
- プールファン系レッスン