

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	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
- ピラティスリフオーマーレッスン
- プールスキル系レッスン
- プールファン系レッスン