

# 2022年2月11日(金祝)

## 《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	バイク		
10			法人利用 9:00~11:00 <small>※どなた様も ご利用頂けません</small>	ベーシックヨガ 10:00~10:45 Orie ※予約制		上級スクール 10:15~11:15 沼田 ★スクール制	
11	ヨガ 10:30~11:15 遠藤 定員:28名	lesmills core 10:45~11:15 大西 ※定員:15名					
12	ZUMBA GOLD 11:35~12:20 安田 ストレッチ 12:20~12:35 定員:28名	ヴォーカリズム 12:00~12:45 小須 ※定員:15名		リフレッシュヨガ 11:35~12:20 遠藤 ※予約制	RPM45 11:35~12:20 Aya ※有料450円 定員6名	平泳ぎ バタフライ入門 11:25~12:15 沼田 ★スクール制	
13	Body Combat60 12:50~13:50 大西 ※WEB予約制28名	SH'BAM 13:15~14:00 バーチャル ※定員:15名	ビューティフルラテン 13:00~14:00 ひろみ		RPM45 13:15~14:00 Shige ※有料450円 定員6名	中級スクール 12:30~13:30 コマツ ヨシアキ ★スクール制	
14	Body Jam60 14:10~15:10 椎名 ※WEB予約制28名	免疫力向上ヨガ 14:30~15:15 Tetsuya ※定員:15名	★スクール制	ヒーリングフローヨガ 13:30~14:15 神崎 ※予約制			
15	Body Pump60 15:30~16:30 伊藤 ※WEB予約制28名	Body Balance45 15:45~16:30 バーチャル ※定員15名	社交ダンス初級 16:45~17:45 石口 ★スクール制	キッズ スイミング 更衣室 14:45~19:00	RPM30 15:00~15:30 バーチャル ※無料 定員6名	★チャレンジキッズ スイミング	
16	Body Step60 16:50~17:50 的場 ※WEB予約制28名	lesmills core 10:45~11:15 バーチャル	社交ダンス中級 18:00~19:00 石口 ★スクール制		RPM30 16:30~17:00 バーチャル ※無料 定員6名	15:15~19:40 ★スクール制	
17			★スクール制				
18						スカッシュ団体利用 17:30~19:00	
 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〉

スーパーA-1・A-1・フルタイム・笹塚店フルタイム・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  
 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)・24h会員・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)