

2024年10月14日(月祝) 《スポーツの日》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		
10	定員20名 ウェープリングストレッチ 10:30~11:15 MAI	背骨コンディショニング 10:20~11:20 大豆生田			ベビースイミング 10:10~11:00 ★スクール制	
11		定員25名 ドーインヨガ 11:35~12:20 大豆生田				
12	ZUMBA 11:35~12:20 MAI 定員42名	押し! セルラア整体&トレーニング 12:35~13:20 小川		アクティブヨガ 11:25~12:10 梶原 ※予約制		
13	オリジナルエアロ初級 12:35~13:20 高橋(優)	セルラア整体&トレーニング 12:35~13:20 小川	シニア美容 バレエ 13:30~14:30 ひろみ	柔軟性アップヨガ 12:30~13:15 梶原 ※予約制	中級スクール 13:15~14:00 川口	
14	Body Pump60 13:40~14:40 伊藤 定員42名 WEB予約	ボディメイクストレッチ 13:35~14:20 高橋(優)	★スクール制		★スクール制	
15	Body Combat60 15:00~16:00 大西	やさしいHIP HOP 14:35~15:20 片木		キッズ スイミング 更衣室 14:45~19:00	★チャレンジキッズ	
16	定員42名 WEB予約	ヨガ 15:35~16:20 高島 真由美	★チャレンジキッズ		スイミング	★チャレンジキッズ
17	★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 16:40~18:00	剛柔流 空手道 16:00~18:00 竹川 ★スクール制		15:15~19:30 ★スクール制	スカッシュ 16:00~18:00 ★スクール制
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			

※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)

2024年11月4日(月祝) 《文化の日》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		
10		長タオルをご持参ください 背骨コンディショニング 10:20~11:20 大豆生田			ベビースイミング 10:10~11:00 ★スクール制	
11		定員42名				
12	ドーインヨガ 11:35~12:20 大豆生田 定員42名	はじめてバレエ 11:35~12:20 ひろみ 定員25名	amvie A-1の会員様は ご利用いただけ ません。 10:00~13:30	アクティブヨガ 11:25~12:10 梶原 ※予約制		
13	Body Pump60 12:40~13:40 伊藤 定員42名 WEB予約	オリジナルエアロ初級 12:35~13:20 高橋(優) 定員25名		柔軟性アップヨガ 12:30~13:15 梶原 ※予約制	中級スクール 13:15~14:00 川口	
14	Body Attack60 13:55~14:55 岩泉 定員42名 WEB予約	ボディメイクストレッチ 13:35~14:20 高橋(優)	シニア美容 バレエ 14:00~15:00 ひろみ ★スクール制		★スクール制	
15	Body Combat60 15:10~16:10 大西・岩泉 定員42名 WEB予約	やさしいHIP HOP 14:35~15:20 片木 定員25名		キッズ スイミング 更衣室 14:45~19:00	★チャレンジキッズ	
16	定員42名 WEB予約	ヨガ 15:35~16:20 高島 真由美 定員25名	★チャレンジキッズ		スイミング	★チャレンジキッズ
17	★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 16:40~18:00	剛柔流 空手道 16:00~18:00 竹川 ★スクール制		15:15~19:30 ★スクール制	スカッシュ 16:00~18:00 ★スクール制
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			

※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
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)