

8月9日（月祝） 山の日 スケジュール

	2FスタジオA	3FスタジオB	各プログラムについて
9:30			
10:00	■定員20名 10:15-10:30 LesmillsVR（週替わり）	■定員27名 10:00～10:30 やすらぎヨーガ 吉田静枝	・色がついているレッスンは初めての方でも安心してご参加いただけるレッスンです。 ・当日整理券はレッスン開始25分前よりAスタジオ実施レッスンはAスタジオ前 Bスタジオ実施レッスンはマシンジムカウンターにて配布致します。 ※なお、祝日の為 平日16:59以前のレッスンは整理券2枚は必ず配布される運用が該当しくなくなります。 WEB予約にて満員となる可能性があります。 ・スタジオへの入場はレッスン開始10分前からです。入場はWEB予約者、 クラスパス取得者 当日の整理券の番号順です。 ※入場時番号の表示をされない又は、できない場合には、クラスパスをご用意しております。（フロントにてお配りしています。） ・急な休講・変更がある場合がございます。 ・HOTスタジオご参加の方へ水1リットル以上、バスタオル、汗拭きタオルをお持ちください。 体調不良の方、心臓の弱い方、暑さに弱い方、生理の方はご注意ください。 ・HOTスタジオについて、換気の為、平常時よりも温度や湿度が下がる場合がございます。ご理解、ご協力の程よろしく願い申し上げます。
10:30			
11:00	■定員33名 11:00～11:30 Group Fight 神山智	■定員27名 11:00～11:30 やさしいピラティス 吉田静枝	
11:30			
12:00	■定員33名 11:55～12:40 Group Blast 神山智 ※MOSSAMASK事前購入者で当日レッスン参加時着用(Blast)が条件となります。		
12:30			
13:00	■定員33名 13:00～13:45 Group Groove 西村竜治 ※MOSSAMASK事前購入者で当日レッスン参加時着用(Groove)が条件となります。	■定員30名 13:00～13:30 入門太極拳 増岡美奈江	
13:30			
14:00	■定員33名 14:15～14:45 やさしいジャズダンス 遠藤夏美	■定員30名 13:50-14:20 太極拳 増岡美奈江	
14:30			
15:00	■定員33名 15:05-15:35 ジャズダンスNEXT 遠藤夏美		
15:30			
16:00	■定員33名 16:05-16:35 やさしいフリースタイル TAKE	■定員27名 16:10-16:40 トラディショナルヨーガ 遠藤夏美	
16:30	■定員33名 16:50-17:20 フリースタイルSTAGE -ヒップホップジャズ- TAKE		
17:00			
17:30			
18:00	17:40～18:40 キッズチア スクール	■定員27名 18:15-18:45 ホットヨーガ・ベーシック 安在美和 【ホットスタジオ・中温】	
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			

20時完全チェックアウト（24時間会員様含む）
 8/10(火)～8/13(金)まで夏期休館日となります。詳細は、右記二次元コードをご覧ください。

