

WEB予約・定員人数について
WEB予約は21日先の同時刻に終了するレッスンまで予約が可能です。
定員は各クラスの定員数をご確認ください。

スタジオ・アクアスケジュール Time Line For Studio , Aqua

Main schedule table with columns for dates (4/29 to 5/6) and studio types (A/B). Includes class names, times, and instructors. Contains various callouts like '有料制' (paid) and '女性専用' (women's only).

ビギナークラス:ご入会から12ヶ月以内の方限定のクラスとなります。

ご予約不要のフィットネスシアター
このマークは、映像レッスンです。
スタジオ内に設置した大型スクリーンに映像を投影した映像レッスンです。
WEB予約は不要です。
レッスン開始前までにスタジオにお越しください。
参加は先着順となります。
時間や枠は変更になる場合もございます。予めご了承ください。

ビギナークラスとは...
ご入会から12ヶ月以内の方限定で
ご参加いただけるスタジオレッスンです。
初心者の方でもお気軽に参加できるレッスンとなっております。
青い表示のレッスンがビギナークラスです。
時間や枠に関しては変更になる場合もございます。
予めご了承ください。

隔週レッスンのお知らせ
このマークは、隔週レッスンです。
奇数週・偶数週 によって担当者もしくはレッスン内容が変更いたしますのでご了承ください。
【木曜日】
・週替わりヨガ 10:00-10:45
奇数週:美曲線ヨガ / 偶数週:カジュアルリズムヨガ
※カジュアルリズムヨガはシューズ必要クラスです。
新レッスンのお知らせ
【VOL TJUMP】
暗闇の中、トランポリンと音楽を楽しみながら全身をボディメイクするプログラム。

スタジオWEB予約について、ご不明点は館内の配布物をご覧ください、お近くのキャストまでお尋ね下さい。
ご登録はフロントにてお願い致します。

通常営業時間施設利用終了 22:50 通常営業終了 23:00