



2025年12月30日(火)

スタジオタイムスケジュール

特別営業時間 10:00～17:00

	 Aスタジオ	 Bスタジオ	 アリーナ	 サイクルエリア アクアビクス		
9:30					9:30	
10:00					10:00	
11:00	ファットバーナー 10:30-11:15 吉田(由)	POPピラティス 10:20-11:05 川上	脂肪燃焼カキラ 10:20-11:05 長谷川		11:00	
			フリー利用 11:30-16:30 譲り合ってのご利用を お願いいたします。			
12:00	ZUMBA 11:35-12:20 吉田(由)	リラックスストレッチ 11:25-12:10 長谷川			12:00	
13:00	 有料"フライングお年玉"60分レッスン NEW Release BODYPUMP60 12:45-13:45 加藤 定員：30名	Travis Japanの"Disco Baby" で踊っちゃいます！ 12:30-13:15 みのる 定員：19名			13:00	
14:00	 有料"フライングお年玉"60分レッスン NEW Release BODYCOMBAT60 14:05-15:05 Jolly 加藤	カラダ整えヨガ 13:35-14:20 江口			14:00	
15:00		BODY ART Training 14:40-15:25 近藤			15:00	
16:00				 有料"フライングお年玉"60分レッスン NEW Release TOPRIDE60 15:15-16:15 Jolly 定員：8名	16:00	
16:45					16:45	
17:00	ジム、プールエリアのご利用は16:45まで				17:00	

各スタジオ基本定員数 Aスタジオ：50名 Bスタジオ：24名

全ての会員様（会員種別）がご利用いただけます
皆様のご来館を心よりお待ちしております



2026年1月3日(土)

スタジオタイムスケジュール

特別営業時間 10:00～17:00

	 Aスタジオ	 Bスタジオ	 アリーナ	 オープンスタジオ		
9:30					9:30	
10:00			フリー利用 10:00-16:30 譲り合ってのご利用を お願いいたします。		10:00	
11:00	🌸NewYear ZUMBA 10:20-11:05 Achico	🌸NewYear ボルドブラ 10:25-11:10 KAORI			11:00	
12:00	🌸NewYear ロウ 11:35-12:20 KAORI	🌸NewYear 骨盤ストレッチ 11:30-12:15 Achico			12:00	
13:00	🌸詳細別紙🌸 有料"お年玉"60分レッスン NEW Release UBOUND60 13:00-14:00 Tamu 三輪 定員：35名	🌸NewYear NEWYEAR ヨガ 12:35-13:20 中島			13:00	
14:00		🌸NewYear やさしいピラティス 13:40-14:25 中島			14:00	
15:00	🌸詳細別紙🌸 有料"お年玉"60分レッスン NEW Release BODYATTACK60 14:30-15:30 ゆり Tamu	🌸NewYear アロマリラックス 14:45-15:30 sari			15:00	
16:00					16:00	
16:45	ジム、プールエリアのご利用は16:45まで				16:45	
17:00					17:00	

各スタジオ基本定員数 Aスタジオ：50名 Bスタジオ：24名



全ての会員様（会員種別）がご利用いただけます
皆様のご来館を心よりお待ちしております