

※訂正

ロンドフィットネスクラブ東大和

スタジオタイムスケジュール

1月3日(土) 営業時間 10:00~17:00

	Aスタジオ	Bスタジオ	HOTスタジオ	ジムエリア	プール
07:00	12月31日(火) ~ 1月2日(金)は年末年始完全休館日でございます。 1月3日(土)朝10時より営業いたします。				
08:00					
09:00					
10:00	★NEW RELEASE★				
11:00	ボディバンプ45 10:30~11:15 みお	骨盤体操 10:45~11:30 SARI	🔥 アクティブヨガ 10:30~11:30 HARUNA		
	★NEW RELEASE★				
12:00	ボディコンバット45 11:35~12:20 MOMO	アロマリラックス 11:50~12:35 SARI	🔥 柔軟性UP 陰ヨガ 11:45~12:45 HARUNA		
	★NEW RELEASE★	予約不要枠			
13:00	UBOUND45 12:40~13:25 CHISA	ストレッチボール 12:50~13:10			
			🔥 ビューティーフロー ヨガ 13:00~14:00 NATSUMI		
14:00	STRONG NATION 13:45~14:30 Achico	ファンクショナル ローラーピラティス 13:30~14:15 YURIKO			
15:00	ZUMBA45 14:50~15:35 Achico	やさしい体幹ヨガ 14:35~15:20 YURIKO	🔥 眠りを深める リラックスヨガ 14:30~15:30 千尋		
16:00					
17:00					

・営業カレンダー
・スタジオタイムテーブル
・レッスン内容
・祝日プログラム



- フィットネス・オレンジロータス共に全ての会員様がご利用いただけます。
- ※ジム・プールがご利用いただけます。(オレンジロータス会員様も)
- ※プール & SPA会員様は3時間以内のご利用です。
- プールエリアのご利用は16:30まででございます。

★10:00~甘酒をお配りいたします★
※なくなり次第終了とさせていただきます。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。
皆さまのご来館を心よりお待ちしております。