

Weekly schedule table with columns for days (Sun-Fri) and times (9:30-22:30). Includes program names like 'LesMILLS', 'water in motion', and instructor names.

■レッスン代行の場合は原則として、1週間前までに所定の掲示板にてお知らせ致します。
■危険防止のため、開始から10分以上経過してのご参加はご遠慮下さい。
■レッスン終了後、通路やストレッチマットでの長時間の談笑はご遠慮下さい。
■オープンスタジオレッスンはマシンジムカウンターにて30分前からの予約制となります。
■場合により定員制となるクラスがございます。
初めての方も安心なクラス

KIDSスクール プログラム
体験有
プール泳法指導 (有料)
変更レッスン (赤字: 変更点)
体験有
マーンツルたいいりや物は、体験を交りたりしいしくつくりのりま
す。
お電話にお近くのスタジオまでお問い合わせください。

～プールをご利用の皆様へ～ 下記の時間はスクール及びレッスンを実施しておりますので、プールのフリー利用は出来ません。
月曜日 15:15~17:45 火曜日 10:00~11:00 15:15~17:45
水曜日 10:00~11:00 15:15~17:45 金曜日 10:00~11:00 15:15~17:45
土曜日 15:15~17:45
※火曜日・水曜日・金曜日 10:00~10:45はレッスンのみご参加頂けます。