

新百合ヶ丘店

1月12日(月)祝日スケジュール

	Aスタジオ	Bスタジオ	HOTLUX	プールA	
10:00					10:00
15					15
30	エアロ1 10:15~10:55 大谷 知加	ヨガ60 10:10~11:10 yukko	【イベント】 インナー ビューティー ヨガ 10:20~11:20 kimie		30
45	予約		有料 予約		45
11:00				はじめて スイミング スクール 11:00~12:00 浅野 光祐	11:00
15				有料 予約	15
30	Ageless Mobi30 11:15~11:45 生方 奈美	骨盤リズム ダイエット45 11:25~12:10 市川 和子	マグマヨーガ ヒーリング デトックス 11:40~12:40 kimie		30
45	予約		有料 予約		45
12:00				【MOVE BODY】 AQUA30 12:15~12:45 加地 一章	12:00
15	健康エール 45 12:05~12:50 生方 奈美	MAT PILATES30 12:25~12:55 市川 和子			15
30	予約				30
45					45
13:00			【イベント】 月 (MOON) ヨガ 13:00~14:00 kimie	有料 フィンスイム 500 13:00~13:40 田仲 啓子	13:00
15		【MOVE BODY】 FIGHT30 13:15~13:45 生方 奈美	有料 予約	有料 予約	15
30	バレエ45 13:10~13:55 北村 三佳子	アップデート 予約			30
45	予約				45
14:00				有料 フィンスイム 900 13:50~14:50 田仲 啓子	14:00
15	バレエ スクール60 ~2026踊り初め スペシャル~ 14:05~15:05 北村 三佳子	エアロ1.5 14:05~14:50 増井 久美子		有料 予約	15
30	有料 予約		【男女兼用】 マグマヨーガ リラックス 14:30~15:30 浜口 奈月		30
45		SPARTAN CIRCUIT30 15:05~15:35 松本 愛理紗	有料 予約		45
16:00	ヨガ60 15:20~16:20 吉川 和子	ベリーダンス フィットネス 15:50~16:35 きよこ			16:00
15	予約		マグマヨーガ 骨盤調整 16:00~17:00 増井 久美子		15
30			有料 予約		30
45	トレーナー小林拓弥の 背骨 コンディショニング 16:35~17:35				45
17:00	予約				17:00
15					15
30					30
45					45
18:00		卓球75 17:30~18:45		営業時間 10:00~20:00	18:00
15					15
30					30
45					45
19:00					19:00

●バレエスクール60 ~2026踊り初めスペシャル~

・料金:2,026円(税込) ・定員:24名 ・予約方法:WEB予約 ・支払方法:フロントにて。お支払時に予約画面をご提示ください
前回好評いただきましたコール・ド・バレエスクールの第二弾。バレエの群舞を楽しむスクールです。年初めてにみんなでひと踊りしませんか？

●トレーナー小林拓弥の背骨コンディショニング

・料金:無料 ・定員:30名 ・持ち物:長めのタオル ・予約:1/5(月)よりフロントにて承ります
・ビジターの方のご利用について
・利用料:無料 ・ロッカー利用:不可
・セミナーの前後15分のみ在館可能。それを超える場合はビジター料金(3,300円(税込))でご利用頂けます

●有料フィンスイム500:初級レベル,40分で500m泳ぎます。定員5名、料金550円(税込)

●有料フィンスイム900:中級レベル,60分で900m泳ぎます。定員8名、料金1,100円(税込)

→ 予約:いずれも1/5(月)よりフロントにて承ります

NEW…新しいプログラムです。是非ご体験下さい。

【有料】…有料のプログラムレッスンです。別途お申込み、ご入金が必要です。

【予約】…予約が必要なクラスです。

【整理券】…整理券をお配り致します。お一人様一枚とさせていただきます。

W…インストラクター2名で皆様をサポートします。

オリジナル…店舗オリジナルのレッスンです。

【アップデート】…振付や音楽が更新されたプログラムです。

都合によりスケジュールを変更させていただく場合がございます。

代行などのレッスン変更情報、祝日スケジュールの最新情報は施設内の掲示板もしくはPC、スマートフォン、モバイルから[iTIPNESS]へアクセスしてご確認ください。