

※講師は変更になる場合がございます
※祝・祭日はプログラムがお休みとなります

●【正会員】プレミア・個人・家族・法人・特別法人 【フリー会員】フルタイム、早起き会、モーニングタイム、デイトタイム、デイトタイム60、ナイトタイム、ホリデイ、アンダー22、シニアブニング、ビジネスプラン、ナイト&ホリデイ

●エアロビクス・ヨガ運動強度 / ★★☆☆はいへんきつい / ★★☆☆きつい / ★★☆☆やきつい / ★★☆☆普通 / ★★☆☆ややかるい / ★★☆☆かるい

●【整理券について】 定員制限のあるプログラムにご参加の場合、整理券が必要となります。2Fプログラムで配布されます。

18時前のプログラム：開始時間60分前 18時以降のプログラム：開始時間90分前

デ・カ・バー：19名 UBOUND：19名 ハムカバ：12名 Burn G：8名 フライウ(2F)：15名 ラテエロ(2F)：15名 KaQiLa The STOOl：19名 パワーカーデオ：19名 X55：19名

ウェーブストレッチ：20名 ステップBEG：19名 身体調整：30名 トレーニング&コアローラー：30名 JPN：11名 ベルビタストレッチ(5F)：30名 マッドラン(5F)：30名

●【正会員のチケットについて】 90分クラス 330円 ・ 60分クラス 220円 の参加チケットが必要です。

【有料プログラムについて】 有料チケットが必要なクラスは整理券配布はありません。(ただし、Burn G・ハバンモックヨガ 初級/ストレッチは、整理券が必要となります。)

●【フリー会員のチケットおよび会費について】 チケットは、4枚綴り4,400円※購入日より2ヶ月間有効。 月会費はスクール月会費の半額にて受講可能です。

●プログラムに選れてのご参加はご遠
開始10分後以降はスタジオの入室を
安全面上の理由により講師から参加

●プログラムに遅れてのご参加はご遠慮ください。
開始10分後以降はスタジオの入室をお断りします。
安全面上の理由により講師から参加をお断りする場合もございます。

令和5年5月～

[illegible]