

湘南台ファーストレッスンスケジュール 2021.06

土曜日

レッスンは**完全予約制**となります。当クラブ「レッスン予約」よりログインし予約をお取りください。お一人様**同時に6本**まで予約ができます。予約の締め切りは、**レッスン開始20分前まで**となります。キャンセルはレッスン開始30分前まで行えます。無断キャンセルの場合は、有料チケット消化となりますので、予めご了承ください。

1スタジオ	2スタジオ	リノ	ヨガスタジオ	ホットルーム	オンライン	プール
<p>10:00</p> <p>体験 2 予約 40</p> <p>10:10(30分)</p> <p>ボディケア</p> <p>牧 40名</p> <p>有料 ¥440 (税込)</p> <p>体験 2 予約 25</p> <p>11:00(45分)</p> <p>RADICAL POWER</p> <p>村井 25名</p> <p>有料 ¥440 (税込)</p> <p>予約 25</p> <p>12:05(45分)</p> <p>UBOUND</p> <p>村井 25名</p>	<p>11:00</p> <p>スクリーンレッスン</p> <p>有料 ¥440 (税込)</p> <p>予約 5</p> <p>12:05(45分)</p> <p>UBOUND</p> <p>村井 5名</p>	<p>スクリーンレッスン</p> <p>予約 18</p> <p>10:10(30分)</p> <p>ボディケア</p> <p>牧 18名</p> <p>有料 ¥1320 (税込)</p> <p>予約 8</p> <p>11:10(60分)</p> <p>ハンモックエクササイズ</p> <p>JUN 8名</p>		<p>ホットルーム</p> <p>空き時間</p> <p>ご利用できます！</p> <p>45分 ¥100 (税込)</p> <p>ご利用可能な時間は館内の掲示をご確認ください。</p>	<p>10:10(30分)</p> <p>ボディケア</p> <p>牧</p> <p>オンラインレッスンはご予約なしでご参加頂けます！</p>	
<p>13:00</p> <p>有料 ¥330 (税込)</p> <p>予約 40</p> <p>13:30(45分)</p> <p>ボクシングエクササイズ</p> <p>西脇 40名</p>	<p>有料 ¥550 (税込)</p> <p>予約 20</p> <p>13:30(45分)</p> <p>エアロファン</p> <p>大島 20名</p>	<p>有料 ¥550 (税込)</p> <p>予約 18</p> <p>13:00(50分)</p> <p>ボディコントロール</p> <p>牧 18名</p>		<p>有料 ¥550 (税込)</p> <p>体験 2 予約 8</p> <p>13:00(50分)</p> <p>ホットリラックスヨガ</p> <p>吉澤 8名</p>		
<p>14:00</p> <p>有料 ¥550 (税込)</p> <p>予約 30</p> <p>14:40(45分)</p> <p>ベーシックステップ</p> <p>大島 30名</p>	<p>予約 20</p> <p>14:35(30分)</p> <p>ストレッチ&トレーニング</p> <p>西脇 20名</p>	<p>予約 18</p> <p>14:20(30分)</p> <p>ヨガ</p> <p>吉澤 18名</p>				
<p>16:00</p> <p>有料 ¥330 (税込)</p> <p>予約 40</p> <p>16:30(45分)</p> <p>ZUMBA</p> <p>竹内 40名</p>			<p>有料 ¥550 (税込)</p> <p>予約 8</p> <p>15:35(40分)</p> <p>ボクシング</p> <p>岡 8名</p>	<p>有料 ¥550 (税込)</p> <p>予約 8</p> <p>16:30(50分)</p> <p>ホットリンバヨガ</p> <p>大西 8名</p>		
<p>18:00</p> <p>体験 2 予約 40</p> <p>18:00(30分)</p> <p>骨盤調整ヨガ</p> <p>大西 40名</p>		<p>スクリーンレッスン</p> <p>予約 18</p> <p>18:00(30分)</p> <p>骨盤調整ヨガ</p> <p>大西 18名</p>			<p>18:00(30分)</p> <p>骨盤調整ヨガ</p> <p>大西</p>	
<p>体験 2</p> <p>新規入会者の体験予約枠となっております。</p>						
						<p>予約 22</p> <p>14:30 (30分)</p> <p>アクアビクス</p> <p>長嶋 22名</p>
						<p>21:00 CLOSE</p>

エアロビクス系・有酸素系 (シューズ必須)
 トレーニング系(シューズ必須)
 ダンス系(シューズ必須)
 リラクゼーション系
 ハンモック系
 プール系
 予約 予約可能枠
 有料 有料レッスン
 新設レッスン
 スクリーンレッスン
👣 シューズ不要
👤 初心者向け

お願い

- ※少しでも体調のすぐれない方は、ご来館はご遠慮ください。
- ※レッスン内容は変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。随時WEBサイトでご案内いたします。
- ※レッスン中もソーシャルディスタンスを保って頂き、レッスン前後の会員様同士の密集会話はご遠慮頂きますようお願いいたします。
- ※**IRはマスク着用**でレッスンをいたします。会員の皆様におかれましても**マスクの着用**をお願いいたします。

オンラインレッスンについて

- ※オンラインレッスンへのログインは**レッスン開始5分**からお願いいたします。
- ※レッスン中はご自身の音声を必ずミュートに設定してください。
- ※カメラの設定はできるだけオンに設定頂きますようお願いいたします