

祝日プログラムスケジュール 7月21日(月)

	スタジオ マット：50名アクティブ49名	アリーナ 定員88名	ピラティススタジオ 定員9名
10:00			ピラティス会員・ピラティスプラス限定 専用アプリからの事前予約が必要です。
11:00		ZUMBA 11:00~11:45 NAOYA	Basic + 10:20~11:10 HARUKO
12:00		マーシャルファイト 12:00~12:45 NAOYA	Body Make 11:30~12:20 HARUKO
13:00	男女兼用 W 整 心と身体が整うピラティス 12:30~13:30 Machiko	K-POP cover dance45 13:00~13:45 MOE	
14:00	男女兼用 W 整 ピラティス 13:45~14:30 春衣	ダンスエアロ 14:00~14:45 飯尾	
15:00	男女兼用 W 整 アロマヨガ 15:00~15:45 Yukiko	定員60名 W 整 ハイパーエキサイト 15:00~15:45 薦田	Basic + 14:45~15:35 HARUI
16:00	定員20名 W ストライクインパクト 16:05~16:50 薦田	定員24名 W 整 ピククルボール 16:00~17:00 開催規定人数8名以上	Conditioning 16:00~16:50 TOMOMI
17:00	<p>★営業時間 10:00~20:00 ★レギュラー・U30・U40会員の方がご利用になれます。 ★デイトム会員様は施設をご利用の際に時間外利用料金(¥1,650)が必要となります。 ★デイトム会員様でピラティスプラスをお申込みされている方は、マシンピラティススタジオのレッスンとスパ施設のみご利用頂けます。 ★ピラティス会員様は、マシンピラティススタジオのみご利用頂けます。 ★マシンピラティススタジオのご予約は専用アプリケーションからお願いいたします。 ★20:00以降はセルフ利用時間となります。 ★ W 整 …… webでの事前予約ができます。 web事前予約をせずに当日空き枠に参加される場合は、開始20分前から配布する整理券取得をお願い致します。 ★ W …… webでの事前予約が必要なプログラムです。 ★マークの記載が無いレッスンは予約不要です。 そのままスタジオにご入場できます。</p>		
18:00			
19:00			
20:00	7月21日(月)のWEB予約は 6月22日(日)より開始します。		