

12月29日(日)【短縮営業】 レッスンスケジュール

アトリオドゥーエNext青葉台 営業時間 ~18:00

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
9:00				9:00
10:00	9:40-10:20 ステップベーシック 牧野奈津	9:45-10:15 ストレッチ 飯島めぐみ		10:00
11:00	10:35-11:20 美Body 牧野奈津	10:30-11:15 ZUMBA 村田智裕◆	10:30-11:00 アクアウォーキング 大野順子	11:00
12:00	11:35-12:20 MEGADANZ 木戸恵美	11:30-12:15 ベーシックピラティス 岡田朋美	11:15-12:00 アクアカーディオ 大野順子	12:00
13:00	12:40-13:25 リラックスヨガ 梅原菜摘美	12:35-13:20 バレエ入門 岡田朋美	13:00-13:30 スキルアップスイム~平泳ぎ~ 巨洋祐◆	13:00
14:00	13:40-14:25 BODY COMBAT TAKE◆	13:45-14:30 BITSベーシック 浦口美砂	13:45-16:00 煩惱スイム2024 巨洋祐◆	14:00
15:00	14:40-15:40 2024年締めくり! 108回太陽礼拝 Kazuyo ※イベント	14:45-15:15 ストレッチボールT 浦口美砂		15:00
16:00	15:55-16:40 ヨガ【静】 Kazuyo	15:30-16:00 ストレッチ 浦口美砂		16:00
17:00				17:00
18:00				18:00
19:00				19:00

12月29日(日)【短縮営業】 レッスンスケジュール

アトリオドゥーエNext青葉台

I : イベント開催 (POOL)

★13:45-16:00★ 煩惱スイム2024

担当 : 亘洋祐 ◆ 【定員 : 各コース8名ずつ】 対象 : 気持ちよく2024年を締めくりたい方

Aコース : 50m×108本 Bコース : 25m&50mのミックス×108本
どちらかのコースを選んで、2024年の締めくりで煩惱の数だけ泳いでスッキリ!!

お申込みは「レッスン予約サイト」にて承ります。

● 申込開始日

フルエリアプレミアム/フルエリア ……12月 5日 (木) 22:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/都度 (U-35含む) ……12月15日 (日) 22:00～

● 参加費 : 2,750円 (税込) ● 申込締切日 : 12月26日 (木) 23:59まで

※最少催行7名 12月26日 (木) 23:59時点で未達の場合中止
※キャンセル料について 《前日まで》全額返金 《当日以降》100%負担

II : イベント開催 (Aスタジオ)

★14:40-15:40★ 2024年締めくり! 108回太陽礼拝

担当 : Kazuyo 【定員 : 25名】 対象 : 気持ちよく2024年を締めくりたい方

煩惱の数にちなんで、太陽礼拝108回に挑戦!
心も体もスッキリして、2024年を締めくりましょう!

お申込みは「レッスン予約サイト」にて承ります。

● 申込開始日

フルエリアプレミアム/フルエリア ……12月 5日 (木) 22:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/都度 (U-35含む) ……12月15日 (日) 22:00～

● 参加費 : 1,650円 (税込) ● 申込締切日 : 12月26日 (木) 23:59まで

※最少催行6名 12月26日 (木) 23:59時点で未達の場合中止
※キャンセル料について 《前日まで》全額返金 《当日以降》100%負担

★スタッフメッセージ★

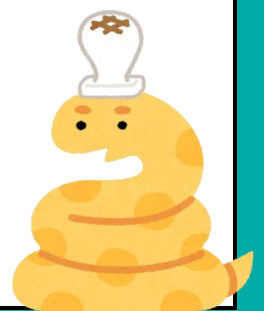
2024年も格別のご愛顧を賜り 厚く御礼申し上げます

今年の目標は**タツ**成できましたでしょうか
少しでも皆様の目標**タツ**成のサポートができていましたら幸いです

2025年は **ヘビ**一級の幸せが訪れる1年となりますように!

皆様 良いお年をお迎えください

アトリオドゥーエNext青葉台 スタッフ一同



掲載日 : 11月17日 (日) 掲載終了 : 12月29日 (日)