7月15日(月)【海の日】 レッスンスケジュール

アトリオドゥーエNext二子玉川　9:00-20:00

	オープンスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00				
10:00	9:35-10:20 美Body 牧野奈津	9:45-10:15 ストレッチ スタッフ		9:45-10:15 アクアウォーキング 長谷山留美
11:00	10:35-11:20 ステップビート 牧野奈津	10:35-11:20 JAZZダンス KITAHARA		10:30-11:00 アクアカーディオ 長谷山留美
				11:15-11:45 クロール 吉次恭祐◆
12:00	11:35-12:20 あめのもりメソッドBtoB 吉村敏子	11:40-12:25 BODY BALANCE 後藤絵理子	11:35-12:05 Step up!ジャズダンス KITAHARA	12:00-13:00 チューブを使って トレーニングしよう！ 矢野貴寛◆＆吉次恭祐◆ ※イベント
13:00	12:40-13:25 ベーシックピラティス 阿部あゆみ	12:45-13:45 ZUMBA SUMMER PARTY 2024 ～夏・海・パブリー！～ 勝野久美 ※イベント		
14:00	14:00-14:45 フリースタイルダンス こりん	14:05-14:50 ボディメイクヨガ スタッフ	13:45-14:30 BITSベーシック 平拓功也◆	14:00-18:00 Kidsスクール ※スイミングプールは ご利用いただけません
15:00	15:10-15:55 KIMAX 平拓功也◆	15:05-15:50 ヨガ【流】 梅原菜摘美	15:30-18:40 Kidsスクール	
16:00	16:20-17:05 MEGADANZ VR	16:20-17:05 POWER 平拓功也◆		
17:00				
18:00				
19:00				
20:00				

7月15日(月)【海の日】 レッスンスケジュール

アトリオドゥーエNext二子玉川 9:00-20:00

Ⅰ：イベント開催（Aスタジオ）

★12:45-13:45★ ZUMBA SUMMER PARTY2024 ～夏･海･バブリー！～

担当：勝野久美 【定員：35名】 対象：とにかく楽しみたい方！

夏！海！！バブリー！！！にちなんだ選曲でお届け☆
ドレスコードは、青･緑･イエロー･ピンク･赤などの「夏っぽ色」でお願いします♪

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 ･･･6月21日（金）22:30～
スタジオ･ジム/ジム･プール/プール/ジム･･･7月1日（月）22:30～

●参加費：2,200円（税込） ●申込締切日：7月12日（金）23:59まで

※最少催行：５名 7月12日（金）23:59時点で中止判断
※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（Bスタジオ）

★11:35-12:05★ STEP UP！ジャズダンス

担当：KITAHARA 【定員：8名】 対象：KITAHARAジャズダンスにご参加の方

KITAHARA IRジャスダンスのステップアップクラス！
通常レッスンと合わせてどんどんスキルアップしちゃいましょう！

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 ･･･6月21日（金）22:30～
スタジオ･ジム/ジム･プール/プール/ジム･･･7月1日（月）22:30～

●参加費：2,200円（税込） ●申込締切日：7月12日（金）23:59まで

※最少催行：３名 7月12日（金）23:59時点で中止判断
※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

Ⅲ：イベント開催（POOL）

★12:00-13:00★ チューブを使ってトレーニングしよう！

担当：矢野貴寛◆＆吉次恭祐◆ 【定員：10名】 対象：普段とは一味違ったスイムトレーニングをしたい方

トレーニングチューブを使って、なかなか体験できない速さで泳いだり、
少し負荷をかけたトレーニングに挑戦！

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 ･･･6月21日（金）22:30～
スタジオ･ジム/ジム･プール/プール/ジム･･･7月1日（月）22:30～

●参加費：3,300円（税込） ●申込締切日：7月12日（金）23:59まで

※最少催行：３名 7月12日（金）23:59時点で中止判断
※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

掲載日：6月3日（月） 掲載終了：7月15日（月）