

Re:cover Fit 【2023年12月以降】

	月	火	水	木	金	土
10:00	 ヨガ スクール 10:00~10:45 黒岩 道子	 美Body 10:00~10:45 望月 美貴		 ベーシック ピラティス 10:00~10:45 真砂 史郎	パーソナル 10:00~11:00 紺野 哲哉	
30						
11:00	カラダリセット 11:00~11:30 小林 十志		 ベリーダンス 入門 11:00~11:45 TOMOMI	 フリースペース 11:00~13:00	 ZUMBA 11:15~12:00 Mayu	レッスン 強度 ★★★ ★★☆☆ ★☆☆☆
30						
12:00	 フリースペース 11:45~13:00		 パーソナル 12:00~13:00 池野 慎治	 フリースペース 12:15~13:30	 かつのマークがあるレッスンは室内シューズが必要です。 ※フリースペースはマシンを使う方のみ室内シューズが必要です。	
30						
13:00	ストレッチ 13:15~13:45 浦川 鈴	 トータル シェイプ 13:15~13:45 紺野 哲哉	 パーソナル 13:00~14:00 池野 慎治	ヨガ リラックス 13:30~14:15 AOI	 ヨガ ベーシック 13:45~14:30 黒岩 道子	
30						
14:00	 カーディオ ベーシック 14:00~14:40 高嶋 恭子	ストレッチ 14:00~14:30 牛丸 真秀	 ZUMBA 14:30~15:15 小倉 亜季	姿勢改善 14:30~15:00 小林 十志	 パーソナル 14:00~15:00 池野 慎治	
30						
15:00				ヨガ リラックス 14:40~15:25 黒岩 道子	 パーソナル 15:00~16:00 池野 慎治	
30						
19:00	パーソナル 19:00~20:00 音峰 美佳			パーソナル 19:00~20:00 比江島 光	 パーソナル 16:00~17:00 池野 慎治	
30						
20:00	パーソナル 20:00~21:00 音峰 美佳	パーソナル 20:00~21:00 紺野 哲哉		パーソナル 20:00~21:00 比江島 光	 パーソナル 17:00~18:00 池野 慎治	
30						
21:00						

【料金】

(税込み)

コース	回数	料金	レッスン予約	備考
スタジオワイド	回数制限なし	¥7920/月	必要	グループレッスンにご参加いただけます。
スタジオ月4回	月4回(4日間)	¥6820/月	必要	スタジオのグループレッスンの月に4回(4日)までご参加いただけます。
アドバンススクール【ヨガ】	週1回	¥7480/月	不要	定員10名の少人数スクールで週1回45分のプログラムです。
パーソナルレッスン	都度利用	¥4400/30分	必要	個人のニーズに合わせたトレーニングを提供いたします。会員登録せず、都度利用が可能です。
		¥6600/45分	必要	
		¥8800/60分	必要	

※ファミリーパスポートはグループレッスン、フリースペースのみ¥1,650/1回で利用可能です