

<b>2017/6/1～6/30</b>		1回券	スタジオ	30分	510円	
※プログラム開始30分前にチップの配布を開始いたします。定員になり次第終了となります。		定期券 (1ヶ月)	スタジオ定期券(スタジオのみ)	40、45、50分	620円	
				60分	930円	
※プログラム開始5分前にチップの配布を終了いたしますので、予めご了承ください。		★印は登録型スクール(前納制)バレエ 1540円/回(定期券利用不可) ※平日夜定期券は祝日の利用不可となります。 -緑色の枠が今月より変更になったプログラムです。	※平日夜(スタジオ+武道場)	6,180円	月～日	
			共通(スタジオ+武道場)	4,940円	月～金	
				7,200円	月～日	
※6月の特別タイムスケジュールは次ページをご覧くださいませ。						

	月	火	水	木	金	土	日	
10:00								10:00
		10:00～10:20 ストレッチ	10:00～10:20 ストレッチ	10:00～10:20 ストレッチ			10:15～11:05	
11:00		10:30～11:10 シンプルエアロ 船木 40分	10:25～11:10 ヨガ(心) 前野 45分	10:30～11:15 ヨガ(心) 国弘 45分		10:25～11:05 シンプルエアロ 中田 40分	11:00 ヨガ(体) 国弘 50分	11:00
	11:00～12:00 サルサ (初級クラス) MARU 60分					11:15～12:15 ※ヨガ (心)OR(体) 羽原 60分	11:20～12:00 シンプルエアロ 横山 40分	
12:00		11:30～12:10 ホテイパンプ テック+30 (510円) 船木 40分		11:30～12:20 ピラティス 重田 50分	11:30～12:10 シンプルエアロ 重田 40分			12:00
	12:25～12:55 ホテイコンバット30 中垣 30分	12:30～13:30 サルサ (中級クラス) MARU 60分	12:30～13:00 はじめてエアロ 船木 30分	12:30～13:15 ズンパ(ZUMBA) 大下 45分	12:20～13:05 ズンパ(ZUMBA) 重田 45分	12:30～13:15 ホテイコンバット45 中垣 45分	12:15～13:00 健康体操 国弘 45分	13:00
13:00			13:15～14:00 ヨガ(心) 犬飼 45分	13:30～14:30 ヨガ(体) 犬飼 60分	13:20～14:05 エクストリーム55 田中 45分	13:30～14:00 ホテイバランス30 中垣 30分	13:30～14:20 ヨガ(体) 前野 50分	
14:00		13:45～14:45 プレジャスダンス 国弘 60分			14:15～14:45 コアクロス 田中 30分	14:15～15:00 エクストリーム55 船木 45分	14:30～15:30 ズンパ(ZUMBA) 重田 60分	14:00
15:00		15:00～15:45 健康体操 田中 45分		14:45～15:15 ピラティス(30) 田中(絵) 30分		15:15～16:15 メカダンス テック+45 (620円) 中垣 60分	15:40～16:25 ピラティス(入門クラス) 重田 45分	15:00
16:00				15:30～16:15 健康体操 瀬尾 45分				16:00
17:00				16:30～18:00 ★バレエスクール 小学高学年～ 大人 流田 (登録型スクール)		16:30～17:30 ホテイパンプ 船木 60分		17:00
18:00						17:45～18:30 ホテイコンバット45 中垣 45分		18:00
	<b>平日夜定期券 参加可能プログラム</b>				18:00～18:50 ピラティス(入門クラス) 田中(絵) 50分			
19:00	18:10～18:55 ヨガ(体) 前野 45分	18:30～19:00 コアクロス 田中 30分	18:50～19:35 ワークアウトエアロ 船木 45分	18:30～19:15 ズンパ(ZUMBA) 信田 45分		<b>インフォメーション</b> ※6月休館日はございません。		19:00
	19:10～19:50 シンプルエアロ 横山 40分	19:15～19:45 はじめてエアロ 田中 30分		19:30～20:20 ピラティス 田中(絵) 50分	19:00～19:45 エクストリーム55 船木 45分			20:00
20:00		20:00～20:45 シンプルエアロ 田中 45分	19:50～20:35 ズンパ(ZUMBA) 杉野 45分		20:00～20:45 ホテイパンプ45 船木 45分			20:00
21:00						※土曜日11:15のヨガのクラスは 日によって(心)と(体)が変わります。		21:00

# 【6月特別タイムスケジュール】

	7日(水)	8日(木)	10日(土)	11日(日)	
10:00					10:00
	10:00~10:20 ストレッチ	10:00~10:20 ストレッチ			
11:00	10:25~11:10 ヨガ(心) 前野 45分	10:30~11:15 ヨガ(心) 国弘 45分	10:25~11:05 シンプルエアロ 中田 40分	10:15~11:05 ヨガ(体) 国弘 50分	11:00
12:00		11:30~12:20 ピラティス 重田 50分	11:15~12:15 ※ヨガ (心)OR(体) 羽原 60分	11:20~12:10 健康体操 国弘 50分	12:00
13:00	12:30~13:00 はじめてエアロ 船木 30分	12:30~13:15 ズンバ(ZUMBA) 大下 45分	12:30~13:30 ボディパンプ 船木 60分		13:00
14:00	13:15~14:00 ヨガ(心) 犬飼 45分	13:30~14:30 ヨガ(体) 犬飼 60分	13:45~14:30 エクストリーム55 船木 45分	13:30~14:20 ヨガ(体) 前野 50分	14:00
15:00	14:15~15:00 シェイプエアロ 船木 45分	14:45~15:15 ピラティス(30) 田中(絵) 30分	14:45~15:15 ボディバランス30 中垣 30分	14:30~15:15 ピラティス(入門クラス) 田中絵 45分	15:00
16:00		15:30~16:15 健康体操 瀬尾 45分	15:30~16:15 ボディコンバット45 中垣 45分		16:00
17:00		バレエスクール休講	16:30~17:00 コアクロス 田中 30分		17:00
18:00					18:00
19:00	18:50~19:35 ワークアウトエアロ 横山 45分	18:30~19:15 ズンバ(ZUMBA) 信田 45分			19:00
20:00	19:50~20:35 ズンバ(ZUMBA) 杉野 45分	19:30~20:20 ピラティス(入門クラス) 田中(絵) 50分			20:00
21:00					21:00

※上記プログラム内でも急遽インストラクター変更、プログラム変更などある場合がございます。館内掲示、ホームページにてお知らせいたします。