

<b>2019/2/1～2/28</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	月～日	
※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。				※平日夜(スタジオ+武道場)	60分	930円	月～金
※2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。				共通(スタジオ+武道場)		7,200円	月～日
		★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。					

	月	火	水	木	金	土	日		
10:00		10:00～10:20 ストレッチ(無料)	10:00～10:20 ストレッチ(無料)	10:00～10:20 ストレッチ(無料)				10:00	
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	10:30～11:15 ヨガ(体) 奥田 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	11:00～12:00 サルサ (初級クラス) MARU 60分	11:30～12:10 ホテイパンプ テック+30 (510円) 船木 40分	11:30～12:15 骨盤体操 奥田 45分	11:30～12:15 STRONG by ZUMBA ストロング スンパ クニヨン 45分	11:25～12:10 ピラティス 信田 45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	
13:00	12:15～12:55 ホテイジャム テック+30 (510円) 中垣 40分	12:30～13:30 プレジャズダンス 国弘 60分	12:30～13:00 はじめてエアロ 奥田 30分	12:30～13:15 ZUMBA(スンパ) 大下 45分	12:20～13:05 ZUMBA(スンパ) 信田 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	
14:00	13:10～13:55 シェイプエアロ 横山 45分	13:45～14:15 コアクロス 田中 30分	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 コアクロス 田中 30分	13:15～14:05 ヨガ(体) 前野 50分	14:00	
15:00	14:05～15:05 ヨガ(体) 田谷 60分	14:35～15:35 サルサ (中級クラス) MARU 60分			14:15～14:45 コアクロス 田中 30分	14:15～14:45 ホテイバランス30(FX) 中垣 30分	14:30～15:15 ホテイコンバット45 山岡 45分	15:00	
16:00	15:15～16:00 ZUMBA(スンパ) 横山 45分			15:30～16:15 健康体操 瀬尾 45分	15:00～15:30 ホテイバランス30(FX) 中垣 30分	15:00～16:00 ホテイパンプ 船木 60分	15:30～16:00 ホテイパンプ30 山岡 30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)		16:15～17:15 エクストリーム55 田中 60分	16:15～17:00 ホテイアタック45 山岡 45分	17:00	
18:00						17:30～18:30 ホテイジャム 中垣 60分		18:00	
19:00	18:10～18:55 ヨガ(体) 前野 45分	<b>平日夜定期券 参加可能プログラム</b>							19:00
20:00	19:10～19:50 シンプルエアロ 横山 40分	18:30～19:00 コアクロス 田中 30分	18:50～19:35 ヨガ(心) 前野 45分	18:45～19:30 ZUMBA(スンパ) 信田 45分	19:00～19:45 ホテイコンバット テック+30 (510円) 山岡 45分	<b>おためし定期券</b> 2月14日(木)まで期間限定で <b>3週間2060円</b> プラス1週間でお得!!!		20:00	
21:00	20:00～20:45 ZUMBA(スンパ) 横山 45分	19:15～19:45 ホテイコンバット30 山岡 30分	20:00～20:45 ワークアウトエアロ 田中 45分	19:45～20:45 ピラティス 信田 60分	20:00～20:45 ホテイアタック45 船木 45分	※初めての方対象 ※1回限りとなります		21:00	

# 【2月特別タイムスケジュール】

	5日(火)	11日(月祝)	15日(金)	20日(水)	21日(木)	
10:00	10:00~10:20 ストレッチ(無料)	10:00~10:45 ホテイジャム45 中垣 45分		10:00~10:20 ストレッチ(無料)	10:00~10:20 ストレッチ(無料)	10:00
11:00	10:30~11:10 シンプルエアロ 船木 40分		10:30~11:15 ヨガ(体) 前野 45分	10:25~11:10 ヨガ(心) 前野 45分	10:30~11:15 ヨガ(心) 国弘 45分	11:00
12:00	11:30~12:10 ホテイパンプ テック+30(510円) 船木 40分	11:05~11:50 ホテイパンプ45 中垣 45分	11:25~12:10 ピラティス 信田 45分	11:30~12:15 骨盤体操 奥田 45分	11:30~12:15 STRONG by ZUMBA ストロング スンパ クニヨン 45分	12:00
13:00	12:30~13:30 プレジャスダンス 国弘 60分	12:10~12:55 ホテイコンバット45 中垣 45分	12:20~13:05 ZUMBA(スンパ) 信田 45分	12:30~13:00 はじめてエアロ 奥田 30分	12:30~13:15 ZUMBA(スンパ) 大下 45分	13:00
14:00	13:45~14:15 コアクロス 田中 30分	13:10~13:55 エクストリーム55 田中 45分	13:20~14:05 エクストリーム55 田中 45分	13:15~14:00 ヨガ(心) 前野 45分	13:30~14:30 ヨガ(体) 前野 60分	14:00
15:00	14:35~15:35 サルサ (中級クラス) MARU 60分	14:05~15:05 ヨガ(体) 田谷 60分	14:15~14:45 コアクロス 田中 30分			15:00
16:00		15:15~15:45 コアクロス 田中 30分	15:00~15:30 ホテイバランス30(FX) 中垣 30分		15:30~16:15 健康体操 瀬尾 45分	16:00
17:00			15:45~16:25 ホテイジャム テック+30(510円) 中垣 40分		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)	17:00
18:00		18:10~18:55 ヨガ(体) 前野 45分		18:50~19:35 ヨガ(心) 前野 45分		18:00
19:00	18:30~19:00 コアクロス 田中 30分		19:00~19:45 ホテイコンバット テック+30(510円) 山岡 40分		18:45~19:30 ホテイパンプ45 中垣 45分	19:00
20:00	19:15~19:45 ホテイコンバット30 山岡 30分	シンプルエアロ休講			19:45~20:45 ホテイコンバット 中垣 60分	20:00
21:00	20:00~20:45 ホテイアタック45 山岡 45分	スンパ休講	20:00~20:45 ホテイアタック45 船木 45分	20:00~20:45 ZUMBA(スンパ) クニヨン 45分		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。