2019

10月 Group Lesson

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
29	30	1	2	3	4	5
休館日		【Kinesis】13:30~14:00 【Yoga】14:00~15:00	【Kinesis】13:30~14:00 18:00~18:30 【Pilates】14:00~15:00	【Kinesis】13:30~14:00 【ストレッチポール】19:00~19:30	【Yoga】14:00~15:00	【Kinesis】13:30~14:00 【Pilates】14:00~15:00
6	7	8	9	10	11	12
休館日	【Kinesis】13:30~14:00 【Pilates】14:00~15:00	【Kinesis】11:00~11:30 13:30~14:00	【Yoga】14:00~15:00	【Kinesis】13:30~14:00 【Pilates】14:00~15:00	【Kinesis】13:30~14:00 18:00~18:30 【ストレッチポール】19:00~19:30	【Yoga】14:00~15:00
13	14	15	16	17	18	19
休館日	【Pilates】14:00~15:00 【Yoga】14:00~15:00	【Kinesis】13:30~14:00 【Yoga】14:00~15:00	【Kinesis】13:30~14:00 18:00~18:30 【ストレッチポール】19:00~19:30	臨時休業	【Kinesis】13:30~14:00 【Pilates】14:00~15:00	【Kinesis】13:30~14:00 【Yoga】14:00~15:00
20	21	22	23	24	25	26
休館日	【Kinesis】13:30~14:00 18:00~18:30 【Yoga】14:00~15:00	【ストレッチポール】19:00~19:30	【Kinesis】13:30~14:00 【Yoga】14:00~15:00	【Pilates】14:00~15:00	【Kinesis】11:00~11:30 13:30~14:00	【Kinesis】13:30~14:00 【Pilates】14:00~15:00
27	28	29	30	31	1	2
休館日	【Kinesis】13:30~14:00 【Yoga】14:00~15:00	【Yoga】14:00~15:00	【Kinesis】18:00~18:30 【ストレッチポール】19:00~19:30	【Kinesis】13:30~14:00 【Pilates】14:00~15:00		

【Yoga】

インストラクター：草野
定員：4名
場所：パーソナルエリアⅠ

【Yoga】 初心者向けクラス

インストラクター：坂本
定員：4名
場所：パーソナルエリアⅠ

【ストレッチポール】

インストラクター：Re-Birthスタッフ
定員：3名
場所：パーソナルエリアⅠ

【Pilates】

インストラクター：大楽
定員：4名
場所：パーソナルエリアⅠ

【Pilates】

インストラクター：長谷川
定員：4名
場所：パーソナルエリアⅠ

【Kinesis】

インストラクター：Re-Birthスタッフ
定員：3名
場所：キネシスエリア

【料金】

メディカル・パーソナル・レギュラー会員　無料

デイ会員　¥1,000/回

ビジター会員　¥3,000/回

【ご予約】

電話予約、受付での窓口予約

※空き状況により当日参加可能