

5月4日(土)【みどりの日】 レッスンスケジュール

アトリオドゥーエNext碑文谷 9:00-20:00

	Aスタジオ	Bスタジオ	サイクルスタジオ	プール	
9:00					9:00
10:00	9:30~10:15 ヨガ【流】 Kazuyo	9:35~10:05 姿勢改善 福地繁樹◆		9:45~10:15 クロール 川合美代子	10:00
11:00	10:30~11:15 ZUMBA MIKA	10:20~11:05 ベーシックピラティス 福地繁樹◆	10:30~11:30 D-cycleジョイント Saaya×Nachi	10:25~10:55 平泳ぎ 川合美代子	11:00
12:00	11:30~12:15 あめのもりメソッドBtoB 浜田亜希	12:00~12:45 BITSベーシック 楠本彩	※有料レッスン D-cycle 11:50~12:30 BASIC BASIC COMBO fukuchi◆	11:45~12:15 アクアヌードル 谷尾有希	12:00
13:00	12:30~13:15 BODY BALANCE 柿沼伸也◆		※要チケット	12:30~13:00 アクアカーディオ 谷尾有希	13:00
14:00	13:30~14:15 KIMAX 若松佳奈美	13:35~14:20 LesMillsDance 柿沼伸也◆	13:35~14:20 RPM VR		14:00
15:00	14:30~15:15 BODY PUMP 横山菜摘	14:35~15:05 スタートピラティス 福地繁樹◆	14:35~15:15 TRIP VR	14:30~15:00 パーソナルアクア 亘洋祐◆	15:00
16:00	15:30~16:15 BODY COMBAT 横山菜摘	15:50~16:20 ストレッチ 西村るみ		15:10~15:40 スキルアップ平泳ぎ 亘洋祐◆	16:00
17:00	16:35~17:20 ベーシックピラティス 岡田朋美		16:55~17:25 FREE RIDE VR	15:50~16:35 スキルアップ〜飛込み練習〜 亘洋祐◆	17:00
18:00	17:45~18:30 バレエ 岡田朋美		17:50~18:20 LesMillsSPRINT VR	16:45~17:30 ディスタンス 亘洋祐◆	18:00
19:00					19:00

碑文谷&たまプラーザ 合同イベント第2弾開催!



D-cycle

D-cycle Joint60



~ 2024年のGWは熱く盛り上がりよう ~

碑文谷

5月4日(土)10:30~

たまプラーザ

5月4日(土)16:50~



Saaya



Nachi



Miyu



Daisaku

5月6日(月)13:30~

5月5日(日)10:40~



Tatsuya



Akinori



peach



Nachi

さらに、
期間限定でD-cycle専用スタンプラリー開催!

イベント期間: 5/4 (土) ~ 5/6 (月)

イベント詳細: 上記期間中にレッスンに参加すると
1レッスンにつき1スタンプを獲得できます。
3日間で5スタンプ貯めてお得な特典を
GETしましょう!

※JOINT60に参加した方はスタンプが2つとなります!

★GW SPECIAL EVENT★

スタッフレッスンスタンプリ

対象期間中に実施される、スタッフレッスンに参加してスタンプをためよう！

スタンプの数に応じて景品をプレゼント♪

この機会に様々なジャンルのレッスンに挑戦してみたいはかがですか？

対象期間：5月3日（金）～5月6日（月）

※本イベントへのご参加は、おひとり様1回限りとなります

※プールレッスンは対象外です

How to join?～参加方法～



スタンプカードを
手に入れる



対象レッスンを
予約する



レッスンに
参加する



スタッフから
スタンプをGET！

対象レッスンは
スケジュール表
このマークが目印→



3 STANP！

好きなレンタル品1種1回無料！

※使用期限：5月31日（金）

※店舗状況によりご利用いただけない場合もございます。
あらかじめご了承ください。

特典交換期限：5月31日（金）



5 STANP！

施設利用券1枚プレゼント！

※有効期限：7月31日（水）まで ※転売禁止
ご利用詳細は券面をご確認ください。



7 STANP！

レッスンチケット1枚プレゼント！

※有効期限：配布日から15日間

ご不明点等ございましたらスタッフまでお声掛けください