

5月5日(日)【こどもの日】 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 ステップビート 今吉誠一◆	9:30~10:15 HOT美姿勢 西村千秋	D-cycle 10:00~10:40 ENJOY COMBO Shiori◆ ※要チケット		10:00
11:00	10:30~11:15 美body 今吉誠一◆	10:30~11:15 HOTリラックスヨガ 西村千秋	10:55~11:25 FREE RIDE VR	10:30~11:00 アクアウォーキング 中村文保◆	11:00
12:00	11:30~12:15 BITSベーシック 稲葉俊也◆	11:45~12:15 フローピラティス 今吉誠一◆	11:40~12:25 RPM VR	11:15~12:00 アクアカーディオ 中村文保◆	12:00
13:00	12:30~13:20 ゴルフコンディショニング 稲葉俊也◆ ※有料レッスン	12:40~13:10 ストレッチポールT 石垣汐里	13:00~13:30 LesMillsSPRINT VR	12:30~13:15 スキルアップ平泳ぎ 佃啓輔◆	13:00
14:00		13:30~14:15 HOUSEダンス 万里	13:45~14:15 FREE RIDE VR	13:30~14:15 ディスタンス 佃啓輔◆	14:00
15:00	14:30~15:15 BODY COMBAT 萩間将太◆	14:30~15:00 ストレッチ 深澤春香	14:30~15:00 FREE RIDE VR	14:25~14:55 パーソナルアクア 佃啓輔◆	15:00
16:00	15:30~16:30 FIGHTDO60 佃啓輔◆×深澤春香 ※有料レッスン	15:30~16:15 BODY BALANCE 三條幸恵	D-cycle 16:30~17:10 BASIC COMBO Shiori◆ ※要チケット		16:00
17:00	16:45~17:30 POWER 佃啓輔◆		17:25~17:55 FREE RIDE VR		17:00
18:00			18:10~18:40 LesMillsSPRINT VR		18:00
19:00					19:00

5月5日(日)【こどもの日】 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

I : イベント開催(Aスタジオ)

★15:30～16:30★ ジョイントFIGHTDO !

担当：佃啓輔◆×深澤春香

大人気プログラム【FIGHTDO】の60分間の
インストラクター2名のジョイントレッスン！
イベント限定の60分間！お楽しみください♪

対象：ラディカルフィットネスに興味のある方
楽しく汗を流したい方

【申込開始日】 フルエリアプレミアム/フルエリア・・・**4月19日(金)12:00～**
スタジオ・ジム/ジム/マイページ・・・**4月21日(日)22:30～**

【申込締め切り日】 **5月1日(水)**

【料金】 660円(税込)

【定員】 40名(最少催行10名)

※キャンセル料について
≪前日まで≫全額返金 ≪当日以降≫100%負担

★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