






9月19日(月・祝) 本牧店レッスンプログラム



	スタジオ	芝スタジオ	AURA スタジオ	
	10:00 ~ 18:30			
10:00	10:00 OPEN			10:00
10:30			10:15~11:00 ストレッチ 有元	10:30
11:00				11:00
11:30			11:15~12:00 ピラティス 有元	11:30
12:00				12:00
12:30		12:15~12:45 パイパー 小島		12:30
13:00				13:00
13:30	13:15~13:45 Group Fight 黒田			13:30
14:00				14:00
14:30			14:15~15:00 オーフヨガ 黒田	14:30
15:00				15:00
15:30				15:30
16:00	10:00~15:00 体組成無料測定会 外部の方もOKです(^^) ご家族・ご友人を誘ってお越しください♪ 測定を希望される方は当日フロントスタッフまでお声がけ下さい			16:00
16:30				16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00	18:30 CLOSE			18:00

△エリア（マシンや芝、岩盤浴室、溶岩スタジオ）のご利用は、閉館の30分前までとなります。
 短縮営業日についてはホームフィットネスを除いた全区分の方がご利用可能です。
 コロナウイルス感染拡大予防として一部レッスンを変更しております。
 <常温スタジオレッスン> 定員：18名
 <オーラスタジオレッスン> 定員：14名
 常温で道具を使うレッスン（Oがついているもの）については数に限りがあるため、
 今まで通り15名までとさせていただきます。
 常温・オーラスタジオレッスン中やトレーニング中、岩盤浴室を含む全エリア（シャワースペース除く）での
 マスク着用を必須とさせていただきます。



9/23(金) 祝日営業について

《営業時間》

10:00～18:30

(エリア利用時間18:00まで)

16:00以降開始のレッスンまたは溶岩タイムは休講となります。
ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力お願いいたします。