


≪ VR/FITNESS ZONE ≫

3月15日 (火) ~ 3月31日 (木)

【営業時間】 9:30~20:30 <月曜定休日>

 : 初めての方、少しづつ慣れていきたい方にオススメです♪

月	申込開始日	火		水		木		金		土		日		
定休日	3/15 (火) ~ 3/20 (日) 申込開始 3/7 (月) 0:00~	15日		16日		17日		18日		19日		20日		
		スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	
					13:30~14:15 THE TRIP (ライト) 【No.23】 永井		11:30~12:15 THE TRIP (ライト) 【No.23】 永井		11:30~12:15 THE TRIP (ライト) 【No.25】 鹿島		11:00~11:45 THE TRIP (ライト) 【No.23】 永井	10:00~10:45 ピラティス スターレッスン 浅貝		
											17:00~17:45 THE TRIP 【No.23】 鹿島	11:00~12:00 ステップ (中上級) スターレッスン 浅貝	13:00~13:45 THE TRIP (ライト) 【No.25】 鹿島	
		19:00~19:45 VRヨガ ベーシックレッスン 伊庭		19:00~19:45 身体調整ストレッチ ベーシックレッスン 伊庭	19:50~20:35 THE TRIP (ライト) 【No.25】 松井		19:30~20:15 THE TRIP (ライト) 【No.25】 鹿島		19:30~20:15 THE TRIP 【No.23】 鹿島					16:00~16:45 THE TRIP (ライト) 【No.23】 鹿島
												イベントの為、駐車場利用不可		
		22日		23日		24日		25日		26日		27日		
		スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	
					13:30~14:15 THE TRIP (ライト) 【No.25】 永井		11:30~12:15 THE TRIP (ライト) 【No.25】 永井		11:30~12:15 THE TRIP (ライト) 【No.23】 鹿島		11:00~11:45 THE TRIP (ライト) 【No.23】 永井		11:00~11:45 THE TRIP (ライト) 【No.25】 永井	
											14:00~14:45 THE TRIP 【No.23】 鹿島		14:00~14:45 THE TRIP 【No.23】 鹿島	
19:00~19:45 VRヨガ ベーシックレッスン 伊庭		19:00~19:45 身体調整ストレッチ ベーシックレッスン 伊庭	19:50~20:35 THE TRIP (ライト) 【No.23】 松井		19:30~20:15 THE TRIP (ライト) 【No.23】 鹿島		19:30~20:15 THE TRIP 【No.25】 松井		16:00~16:45 THE TRIP (ライト) 【No.25】 松井		16:00~16:45 THE TRIP 【No.25】 松井			
29日		30日		31日										
スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ	スタジオA/B	VRバイクスタジオ									
			19:00~19:45 身体調整ストレッチ ベーシックレッスン 伊庭		19:30~20:15 THE TRIP 【No.25】 鹿島									

身体調整ストレッチとは？
ストレッチボール・ボールなどを使用し
普段の生活で凝り固まった筋肉をほぐします★
1日の最後におすすめです。

	THE TRIP	スタジオレッスン	
		ベーシック	スター
料金 (税込み)	880円	1,320円	1,650円



◇ キャンペーン価格 ◇
(3月末まで!!)

お電話でもご予約出来ます♪
サンガスタジアム受付 (0771-25-3331)