

サンガスタジアム by KYOCERA VR/フィットネス (4F)

6月2日(火)～6月14日(日) レッスンスケジュール 営業時間 9:30～21:00 ※月曜定休日

申込開始	火		水		木		金		土		日		
	2日		3日		4日		5日		6日		7日		
	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	
6/2(火)～7(日) 申込開始 5/25(月) 0:00～	10:30～11:15 健康教室 姿勢改善 ※事前申込制		11:00～11:45 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制						バイク・マシン：初心者向けレクチャー マシン無料開放(15分) ※レッスン参加者限定				
	13:30～14:15 健康教室 身体調整 ストレッチ ※事前申込制				13:30～14:15 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制		13:30～14:30 健康教室 いきいき体操 ※事前申込制				13:30～13:45 14:00～14:15 THE TRIP 松井		
		18:45～19:00		18:45～19:00								14:15～14:30	
	19:00～19:45 VRヨガ 伊庭		19:00～19:45 ポール& ストレッチ 伊庭				19:30～19:45		19:30～19:45				
	20:00～20:45 エアロ (初級) 伊庭	20:00～20:45 バイク& トレーニング 松井	20:00～20:45 ステップ (初級) 伊庭		20:00～20:45 バイク& トレーニング 浜崎		20:00～20:45 THE TRIP 松井		20:00～20:45 THE TRIP 松井				
		20:45～21:00		20:45～21:00		20:45～21:00		20:45～21:00	20:45～21:00				
6/9(火)～14(日) 申込開始 6/1(月) 0:00～	9日		10日		11日		12日		13日		14日		
	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	スタジオ	バイクスタジオ	
	10:30～11:15 健康教室 姿勢改善 ※事前申込制		11:00～11:45 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制								10:30～11:15 VRヨガ 伊庭		
	13:30～14:15 健康教室 身体調整 ストレッチ ※事前申込制				13:30～14:15 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制		13:30～14:30 健康教室 いきいき体操 ※事前申込制				11:15～11:30 12:45～13:00 13:00～13:45 ポール& ストレッチ 伊庭		
		18:45～19:00		18:45～19:00									
	19:00～19:45 VRヨガ 伊庭		19:00～19:45 ポール& ストレッチ 伊庭				19:30～19:45		19:30～19:45				
20:00～20:45 エアロ (初級) 伊庭	20:00～20:45 バイク& トレーニング 松井	20:00～20:45 ステップ (初級) 伊庭		20:00～20:45 バイク& トレーニング 浜崎		20:00～20:45 THE TRIP 松井		20:00～20:45 THE TRIP 松井					
	20:45～21:00		20:45～21:00		20:45～21:00		20:45～21:00	20:45～21:00					

初めてのご利用方はレクチャーをお受けください(青枠・予約不要)
・バイクのセッティング方法
・トレーニングマシン使用方法 をお伝えいたします♪

《健康教室》※体験可能(¥550)
事前申込/月額コース制(全4回)
＜火曜・水曜・木曜＞【45分】¥3,300
＜金曜＞【60分】¥4,400
申込・体験：お電話にて受付中♪
(WEB申込不可)

《レッスン》※1レッスン毎申込制
【スタジオ 45分】¥1,320
■THE TRIP ■VRヨガ ■ピラティス
■エアロ(初級) ■ステップ(初級)
■ポール&ストレッチ ■バイク&トレーニング
【スタジオ 60分】¥1,650
■ステップ(中上級)

《マシン無料開放(15分間)》★赤枠
利用条件：レッスン参加者限定(予約不要)
シューズ必要/インストラクター指導はございません
《バイク・マシン初心者レクチャー》★青枠
(無料・予約不要)
参加条件：THE TRIP/バイク&トレーニング
レッスン参加者限定



WEB申込(健康教室以外)
電話申込可能
☎080-6283-8428
開始3時間前まで申込可能