

サンガスタジアム by KYOCERA VR/フィットネス (4F)

10月6日(火)～10月18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	
10/6(火) ～11(日) 申込開始 9/28(月) 0:00～	6日		7日		8日		9日		10日		11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											
	13:30～14:15 健康教室 身体調整 ストレッチ ※事前申込制						13:30～14:30 健康教室 いきいき体操 ※事前申込制				13:30～13:45	
											14:00～14:45 バイク＆ トレーニング 🍀 スタッフ	
		18:45～19:00		18:45～19:00							14:45～15:00	
	19:00～19:45 VRヨガ 🍀 伊庭		19:00～19:45 ポール＆ ストレッチ 🍀 伊庭									
	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					
		20:45～21:00		20:45～21:00		20:45～21:00		20:45～21:00			駐車場利用不可の場合あり ※利用につきましては、お問い合わせください	
									駐車場利用不可			
10/13(火) ～18(日) 申込開始 10/5(月) 0:00～	13日		14日		15日		16日		17日		18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
			11:00～11:45 健康教室 やさしいヨガ ※事前申込制								11:00～11:45 VRヨガ 🍀 伊庭	
												11:45～12:00
					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					12:45～13:00
				18:45～19:00							13:00～13:45 ポール＆ ストレッチ 🍀 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 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			
				20:45～21:00		20:45～21:00		20:45～21:00				
	駐車場利用不可											

《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：お電話にて随時受付中♪
(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