

サンガスタジアム by KYOCERA VR/フィットネス

サンガスタジアム駐車場

『利用制限・満車・京都サンガ試合』等で、ご利用いただけない場合がございます。あらかじめご了承ください。

10月20日(火)～11月1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	
	20日		21日		22日		23日		24日		25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
10/20(火) ～25(日) 申込開始 10/12(月) 0:00～	10:30～11:15 健康教室 姿勢改善 ※事前申込制										10:00～10:45 ピラティス 浅貝	
												10:45～11:00
	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				11:00～12:00 ステップ (中上級) 浅貝	
		18:45～19:00										
	19:00～19:45 VRヨガ 伊庭	19:30～19:45			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 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						駐車場利用不可			
	27日		28日		29日		30日		31日		11月1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
10/27(火) ～ 11/1(日) 申込開始 10/19(月) 0:00～			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	
					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					11:45～12:00
												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								駐車場利用不可		西側駐車場利用不可	

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