

7月 TRUSS有料プログラム (スケジュール・料金)

月曜日 Studio TRUSS	火曜日 Studio TRUSS	水曜日 Studio TRUSS	木曜日 Studio TRUSS	金曜日 Studio TRUSS	日曜日 Studio TRUSS
7:30	定員24名 7:30~8:00 LES MILLS BODYCOMBAT		7:15~8:00 LES MILLS BODYCOMBAT		
8:00			定員24名		
8:30				定員7名	
9:00			定員12名	9:00~9:50 マシンピラティス ~BASIC~ 単発2,200円	
9:30			9:30~10:30 ピラティス 単発1,100円 市原桂子	ゆゆ	定員12名
10:00		定員12名		定員12名	9:50~10:50 太極拳
10:30	定員12名	10:20~11:50 バレエ		10:15~11:15 フラダンス 単発1,100円 佐藤かおり	単発1,100円 松矢好市
11:00	11:00~12:00 ラテンダンス 単発1,100円 片山千穂	10:30~11:30 スローボディシェイプ プラス 単発1,100円 中村勝美			定員12名
11:30		11:30~12:50 フラダンス 単発1,100円 篠田美奈		11:45~12:45 バレエ 単発1,100円 ここ	11:05~12:05 コリオスバイラル withストレッチ 単発1,100円 栗原美奈
12:00		12:15~13:15 ハンモックヨガ ~BASIC~ スクール制 Kan 定員12名	12:00~13:00 太極拳 単発1,100円 Tommy.		
12:30		13:00~13:50 マシンピラティス ~BASIC~ 単発2,200円 ゆゆ	13:15~14:15 フラダンス 単発1,100円 鈴木夏子		
13:00		13:30~14:30 AntiGravity® Advanced スクール制 Kan 定員7名	14:40~15:40 ベリーダンス スクール制 牧口順子	13:25~14:25 ベリーダンス 単発1,100円 平山美代子	
13:30		15:00~15:50 マシンピラティス ~BASIC~ 単発2,200円 岡田 純子	15:55~16:55 ミット ファイティング 単発1,100円 山本晃子	13:30~14:30 K-POP スクール制 土肥亮治	
14:00		16:30~17:30 姿勢改善 ストレッチ 単発1,100円 Kaori		14:45~15:45 HIP! UP! ピラティス 単発1,100円 前川尚子	
14:30		19:10~20:10 LES MILLS BODYCOMBAT 単発1,100円 いっちー。			
15:00		20:30~21:20 マシンピラティス ~BASIC~ 単発2,200円 ゆゆ			
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					
17:30					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					
22:00					
22:30					

◆料金◆

単発レッスン
1回60分レッスン、都度1,100円(税込)で
ご参加いただけます。

**バレエ (スクール)
三上亜紀子**
1回90分レッスン、1ヶ月1クール(全5回)の募集です。
【7月料金】※最少催行人数：5名
個人会員様・法人会員様：14,850円(税込)
非会員様：17,600円(税込)

**ハンモックヨガ~BASIC~
Kan**
1回60分レッスン、1ヶ月1クール(全4回)の募集です。
【7月料金】※最少催行人数：4名
個人会員様・法人会員様：8,800円(税込)
非会員様：11,000円(税込)
※7/1休講

**AntiGravity® Advanced
Kan**
1回60分レッスン、1ヶ月1クール(全4回)の募集です。
【7月料金】※最少催行人数：10名
個人会員様・法人会員様：8,800円(税込)
非会員様：11,000円(税込)
※7/1休講

**ベリーダンス (スクール)
牧口順子**
1回60分レッスン、3ヶ月1クール(全11回)の募集です。
【7~9月料金】※最少催行人数：4名
個人会員様・法人会員様：24,200円(税込)
非会員様：30,250円(税込)
※7/30、9/24休講

**K-POP曲TZY「THAT'S A NO NO」
(スクール) 土肥亮治**
1回60分レッスン、1ヶ月1クール(全4回)の募集です。
【7月料金】※最少催行人数：4名
個人会員様・法人会員様：8,800円(税込)
非会員様：11,000円(税込)

マシンピラティス
1回50分レッスン、都度2,200円(税込)で
ご参加いただけます。

**【単発レッスン予約方法】
※マシンピラティス含む**
WEBサービスログイン⇒イベント⇒イベント予約
⇒同意事項に勾选し、同意して、次へ進む
⇒講座コード空欄のまま次へ⇒希望レッスンを選択

※6月15日10:00に18~15日分、
7月1日10:00に16日~末日分の予約が顯示されます。
※予約期限は、レッスン開始20分前といたします。
※ご予約には、クレジットカードが必須となります。
※キャンセルは、レッスン前日23:59までとなります。
以降は、キャンセル料(単発料金満額)がかかります。
※非会員様は、ご利用いただけません。

【スクール予約方法】
WEBサービスログイン⇒イベント⇒イベント予約
⇒同意事項に勾选し、同意して、次へ進む
⇒講座コード空欄のまま次へ
⇒希望レッスンを選択

※毎月15日10:00に翌月分が顯示されます。
※7月申込期限は、6月15日(月)10:00~
6月27日(土)19:00といたします。
※ご予約には、クレジットカードが必須となります。
※キャンセルは、6月26日(金)23:59までとなります。
以降はキャンセル料がかかります(スクール料金満額)

【休講情報】
■7/4(土)マシンピラティス/CORE FLOWヨガ【TAKA】 ■7/20(月)ピラティス/マシンピラティス【yoriko】
■7/20(月)ラテンコンサルサ【菊池良子】 ■7/22(水)マシンピラティス【ゆゆ】 ■7/25(土)バレエ【ここ】
■7/27(月)ラテンコンサルサ【菊池良子】 7/29(水)マシンピラティス【岡田純子】 ■7/30(木)ベリーダンス【牧口順子】