

Groupexercise Timeschedule

	Standard Studio	Volcano Studio	
9:00			
9:30	格闘でストレス発散!	9:30~10:15 Volcano Yoga リフレッシュ45 スタッフ	
10:00	10:00~10:45 LES MILLS BODYCOMBAT スタッフ		10:00
10:30			10:30
11:00	踊って脂肪燃焼!		11:00
11:30	11:15~12:00 LES MILLS DANCE スタッフ	11:15~12:05 ZENSEE 禅×Yoga mindfulness ~シンギングボウル~ スタッフ	11:30
12:00			12:00
12:30		シンギングボウルの温浴で リラックスしませんか?	12:30
13:00			13:00

特別営業DAY

営業時間は、9:00~13:00となります。
 ・ご体験でご利用のお客様は施設利用無料でご利用可能です。
 ・オールレンタル無料となります。
 (Tシャツ・ハーフパンツ・シューズ・タオルセット)
 ※インナーや靴下のご用意はございません。ご注意ください。

お手続きについて

営業時間内にて、ご入会された新規お客様のお手続きが可能です。
 ※退会・休会・変更などのお手続きは翌営業日となります。

スタジオレッスンについて

- ・予約不要でご参加が可能です。
- ・汗拭き用のタオルと水分補給できるものをご用意ください。
- ・開始10分前よりご入場ができます。
座席はお好きな場所をお選びいただけます。
- ・Volcano Yogaご参加の際には、バスタオルと500ml以上のお飲み物を必ずご用意ください。

【会員様】

・ご家族、ご友人様など、ご新規のお客様と同伴で施設利用が可能となります。施設利用料は無料です。
 ※レンタル品につきましては、オプション契約に準じます。別途有料でのご利用も可能です。

【スタジオレッスンについて】

ご予約は不要です。開始10分前よりご入場、座席はお好きな場所をお選びいただけます。