

2026年2月23日(月) 天皇誕生日

Information

福山祭り!!!

LesMILLS **BODYPUMP** LesMILLS Shapes
コラボレッスン



LesMILLS **BODYATTACK**



今回は、福山IRによるスペシャル

レッスンを2本開催します！

福山IRの最高にクールなレッスンを

是非一緒に体験してみませんか？

お楽しみに♪

皆様のご参加心よりお待ちしております。

★有料イベント★

[お申込み・入金期間]

2月1日(日)10:00～

各レッスン開始30分前まで

[参加費]

- BODYPUMP × LesMILLS Shapes

- BODYATTACK

A席 1,100円(税込)

B席 550円(税込)

[定員]

BODYPUMP × LesMILLS Shapes ⇒ 40名
BODYATTACK ⇒ 50名

[申込方法]

Webサービス ⇒ イベント予約

(対象イベントレッスンからA席B席ご確認の上、ご予約をお願い致します。)

※レッスン参加場所につきましては別紙でご案内させていただきますの
でもうしばらくお待ちください。

	studio A	studio B	Pool
9:30			
10:00	9:50～10:35 24式太極拳 大久保朋美	女性限定 9:40～10:25 HOT YOGA骨盤調整 ユキ	10:00～10:45 アクア45 吉田賢一
10:30			
11:00	10:50～11:35 ステップライト45 YASUCO	10:45～11:30 HOT YOGAビギナー ユキ	マットの上に敷く バスタオルのご用意をお願い致します。
11:30			
12:00	11:55～12:40 RITMOS YASUCO	11:45～12:30 Warm BODYBALANCE MIHO	12:00～12:30 フィンスイム アドバンス
12:30			有料
13:00	12:55～13:40 MEGADANZ しんDo	12:55～13:40 リラックスヨガ 木崎 純	12:45～13:45 成人 スイミングスクール A-12
13:30			
14:00	14:00～14:45 ペルビックストレッチ 木崎 純	13:55～14:40 WOW!HIP 横地	
14:30			
15:00	15:00～15:45 スローボディシェイプ 中村勝美	14:55～15:40 美軸ラインストレッチ TOMOMI	
15:30			
16:00	有料event		15:30～16:30 ジュニア スイミングスクール A-15
16:30	LESMILLS BODYPUMP × LESMILLS Shapes	16:00～16:46 けいらくストレッチ 中村勝美	16:30～17:30 ジュニア スイミングスクール A-16
17:00	福山×稻村未彩紀	けいらくストレッチ 東洋医学概念に基づいたストレッチのクラスです。気の通り道である「経絡」と骨格筋を運動させて行うストレッチで季節に対応したカラダづくり、自然治癒力、免疫力の向上を図ります。	
17:30	有料event	17:30～18:35 LESMILLS BODYATTACK 大久保×福山	
18:00		17:30～18:30 ジュニア スイミングスクール A-17	
18:30		黄色の枠は 通常レッスンと異なります。	
19:00			
19:30	営業時間 8:00～20:00(各種お手続きは19:00まで) ※デイタイム会員様は時間外利用料￥1,650円がかかります ※有料イベント以外のレッスンは通常のWEB予約システムにてご予約をお願いいたします。 ※有料イベントは、ご自身のアカウントにて前日までにキャンセルをお願い致します。 ※ご入金後のキャンセルは致しかねます。 ※当日キャンセル・無断キャンセルの場合、キャンセル料として参加費と同額が発生致します。 ※イベント予約の際、受講場所ご確認の上ご予約をお願い致します。		
20:00			