

# 2026年4月29日(水) 昭和の日

## Information



今回は大人気インストラクター  
Kana IRと初のジョイント！！  
GW前に最高な60分間を一緒に  
enjoyしてみませんか？  
スタッフ大久保とどんな化学反応  
が起きるかは・・・  
【受けてみてのお楽しみ♪】

★無料イベント★

[お申込み期間]  
4月1日(水) 12:00～  
[参加費]無料  
[定員]40名  
[申込方法]  
Webサービス⇒通常予約



★イベント★

[お申込み・入金期間]  
BODY PUMP⇒4月1日(水)12:00～  
BODY ATTACK⇒4月1日(水)10:00～  
レッスン開始30分前  
[参加費]  
BODY PUMP⇒無料  
BODY ATTACK⇒¥550円(税込)  
[定員]  
BODY PUMP⇒40名  
BODY ATTACK⇒50名  
[申込方法]  
BODY PUMP⇒通常予約  
BODY ATTACK⇒イベント予約  
※WEB決済のみとなります。

	studio A	studio B	Pool
9:30			
10:00	9:55～10:40 ラテンエクスペス コンサルサ 和田節子	9:30～10:15 24式太極拳 遠藤珠海	
10:30		10:30～11:15 LES MILLS BODYBALANCE MIHO	10:00～10:45 アクア45 石綿由美
11:00	11:00～11:45 ZUMBA 和田節子		
11:30		11:30～12:15 Warm YOGAリフレッシュ 池田	
12:00	12:05～12:50 LES MILLS Shapes MIHO		12:15～12:45 背泳ぎベーシック
12:30		12:30～13:00 Warmストレッチ 池田	
13:00	無料event		
13:30	13:10～14:10 LAOUND Kana×大久保	13:15～14:00 Warm 美軸ラインストレッチ TOMOMI	13:10～13:40 水中ウォーキング スタッフ
14:00			
14:30		14:15～15:00 フラダンス 根岸一枝	
15:00	15:00～15:45 LES MILLS BODYBALANCE 稲村未彩紀		
15:30			
16:00	無料event		
16:30	16:15～17:15 LES MILLS BODY PUMP 家城和大×稲村未彩紀		
17:00			
17:30	有料event		
18:00	17:35～18:35 LES MILLS BODY ATTACK 家城和大×大久保		
18:30			
19:00			

黄色の枠は  
通常レッスンと異なります。

営業時間 8:00～20:00(各種お手続きは19:00まで)  
※デイト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。