

ジェネシーフィットネス&スパ/24時間開業5周年記念WEEKスケジュール

5月2日 (土)					5月3日 (日)					5月4日 (月)					5月5日 (火)									
スタジオ	スタジオ	studio CHAIN	PA	LC GYM	フル	スタジオ	スタジオ	studio CHAIN	PA	LC GYM	フル	スタジオ	スタジオ	studio CHAIN	PA	LC GYM	フル	スタジオ	スタジオ	studio CHAIN	PA	LC GYM	フル	
					6:30-8:30 ボディポンプ 09-2680						6:30-8:30 ボディポンプ 09-2680													
					6:30-10:30 ボディポンプ 09-2680						6:30-10:30 ボディポンプ 09-2680													
					10:30-11:30 ボディポンプ 09-2680						10:30-11:30 ボディポンプ 09-2680													
					11:30-12:30 ボディポンプ 09-2680						11:30-12:30 ボディポンプ 09-2680													
					12:30-13:30 ボディポンプ 09-2680						12:30-13:30 ボディポンプ 09-2680													
					13:30-14:30 ボディポンプ 09-2680						13:30-14:30 ボディポンプ 09-2680													
					14:30-15:30 ボディポンプ 09-2680						14:30-15:30 ボディポンプ 09-2680													
					15:30-16:30 ボディポンプ 09-2680						15:30-16:30 ボディポンプ 09-2680													
					16:30-17:30 ボディポンプ 09-2680						16:30-17:30 ボディポンプ 09-2680													
					17:30-18:30 ボディポンプ 09-2680						17:30-18:30 ボディポンプ 09-2680													
					18:30-19:30 ボディポンプ 09-2680						18:30-19:30 ボディポンプ 09-2680													
					19:30-20:30 ボディポンプ 09-2680						19:30-20:30 ボディポンプ 09-2680													
					20:30-21:30 ボディポンプ 09-2680						20:30-21:30 ボディポンプ 09-2680													
					21:30-22:30 ボディポンプ 09-2680						21:30-22:30 ボディポンプ 09-2680													
					22:30-23:30 ボディポンプ 09-2680						22:30-23:30 ボディポンプ 09-2680													

【プログラムご参加について】

- ・プログラムは全てWEB予約制となります。
- ・マークが付いているプログラムは予約不要です。
- ・キャンセルのキャンセルについては、プログラム開始15分前までに、WEB上でのご自分でキャンセル登録が必要となります。※電話での受付はできません。
- ・プログラム予約時に場所の指定も可能です。お好きな場所をお選びください。
- ・すべてのプログラムは開始後のスタジオ・フル入場（プログラムへの参加）は断りとしていただきます。
- ・ユニークなプログラム開催中、最大4コース使用させていただきます。
- ・LC GYMセッションは開始前分前入りとなります。
- ・LC GYMの開催スケジュールはあくまで予定となります。予約者が不在の場合に限り、予告なく予約枠を削除させていただきます場合がございます。
- ・黄色い印はイベントレッスン、中でも★がついているレッスンは有料イベントになります。有料イベントの詳細は別紙をご覧ください。
- ・★がタイプライター印、★が店員印、★がスーパーマスターさまを指します。★はイベント期間中（19日を除く）の1000円以上の無料レッスンには、ご参加いただけます。
- ・★がタイム会員さま、★が店員さま、★が法人会員さまは別途時間外利用料、施設利用料のお支払いが必要となります。
- ・フロント前席までお支払いください。
- ・★がイベントは4月18日（土）12:00より予約開始いたします。アプリ、イベントよりご予約ください。
- ・レッスン開始前10分前までにチェックインが確認できない場合、予約レッスンは自動キャンセルとなります。

屋外イベント

5月3日(日) 19:00~20:00  
~ランタンナイトヨガ×瞑想~  
場所:5階フィットサルコート  
担当:CHIE  
※詳細は別紙参照

【スタジオ定員人数】

studio A 定員人数37名 ★が1名以上 ★が1名以上(無料レッスン) =30名	studio B 定員人数45名	studio.CHAIN 定員人数 35名	フル 定員人数 45名 ★31名以上、 3コースとなります。
---------------------------------------------------------	---------------------	--------------------------	-----------------------------------------

【プログラムWEB予約】

レッスン終了10分後に4週間後の同じクラス予約開始



初級者クラス...  
久しぶりに運動をされる方。  
体力に自信のない方におススメのクラス



HOT PROGRAM  
ホットクラス...ホット環境。  
室温38度以上。湿度65%以上。  
※スタジアム敷。500ml以上の  
水分をご持参ください。



HOT Free Time  
フリー利用クラス...ホット及びウォーム環境。  
室温38度以上。湿度65%以上。

※プログラム名物は効果を保証するものではありません。