



2024年5月 千代田店(火)~(木)

→今月より担当もしくは内容が変更となります。ご確認の上レッスンにぜひご参加ください
★このマークはレベルアップレッスンとなりますので、ご自身の体力等に合わせご参加ください。

Table with columns for Day (火曜日, 水曜日, 木曜日) and Venue (別館スタジオ, 本館3階多目的ルーム, プール). Rows show time slots (10:00-22:30) and activities like ヨガ, ZUMBA, バレトン, etc., with instructor names and participant counts.

ジム・プール・アクアゾーンのご利用時間：＜火～金＞23：00まで ＜土曜＞22：00まで ＜日曜・祝日＞19：30まで となります。

営業時間＜火曜～金曜＞10：00～23：30 ＜土曜日＞ 10：00～22：30 ＜日曜・祝日＞ 9：00～20：00

レスミルズプログラムのご予約は1Fフロント横の名簿をご記入ください。定員を超えた場合はレッスン開始10分前より観覧席にて抽選で参加者を決定いたします。