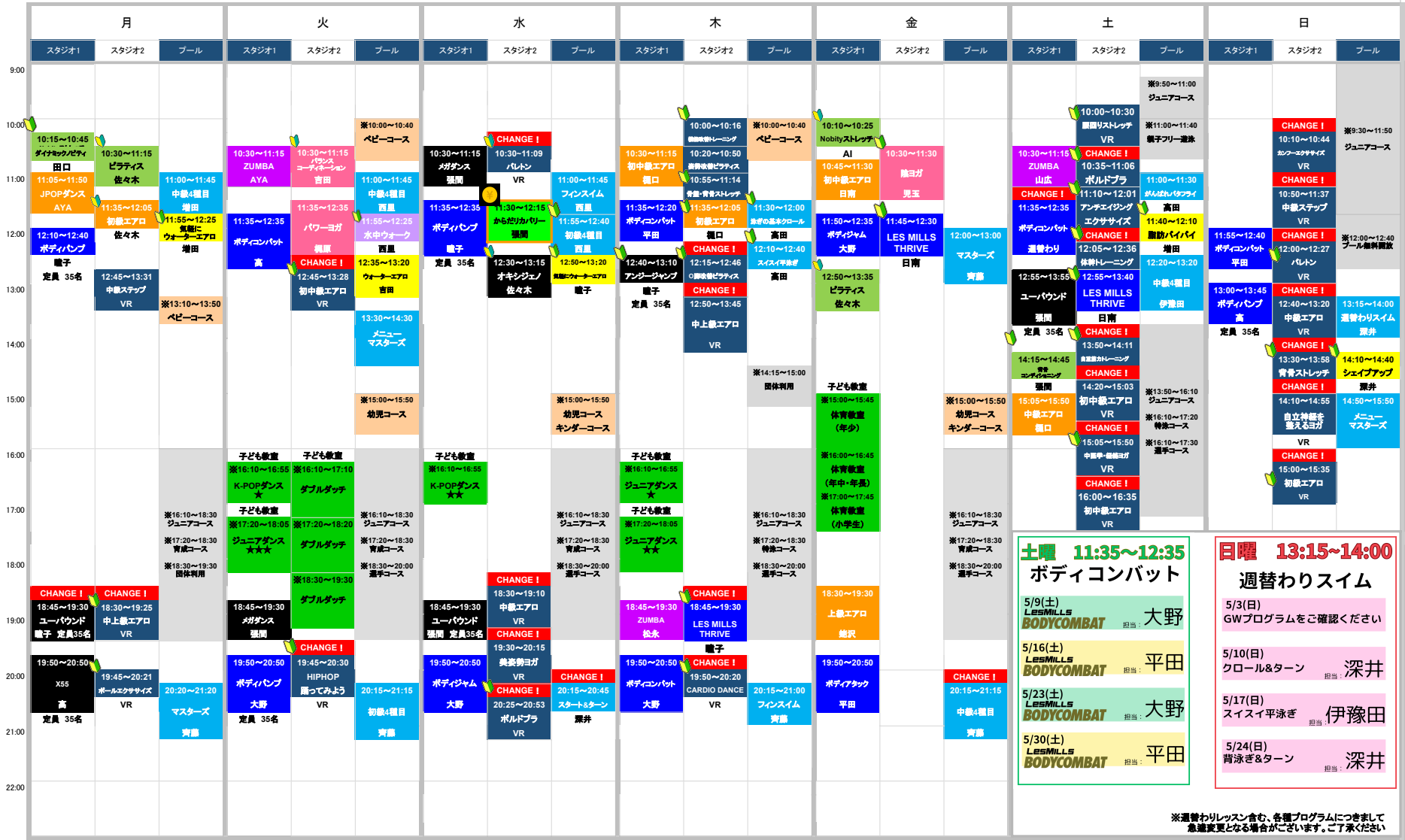
2026年5月プログラムスケジュール

初心者マーク･･･初めての方におススメのレッスン
VR･･･映像プログラム。自由に出入りできます。

JOY FIT 24



土曜 11:35～12:35
ボディコンバット

5/9(土) LesMills BODYCOMBAT 担当：大野
5/16(土) LesMills BODYCOMBAT 担当：平田
5/23(土) LesMills BODYCOMBAT 担当：大野
5/30(土) LesMills BODYCOMBAT 担当：平田

日曜 13:15~14:00
週替わりスイム

5/3(日) GWプログラムをご確認ください
5/10(日) クロール&ターン 担当：深井
5/17(日) スイスイ平泳ぎ 担当：伊豫田
5/24(日) 背泳ぎ&ターン 担当：深井

※週替わりレッスン含む、各種プログラムにつきまして急遽変更となる場合がございます。ご了承ください

スタジオレッスンに参加される皆様へ

○午前、夜最初のレッスンはレッスン開始15分前より入場のご案内、それ以降のレッスンは前レッスン清掃終了後より入場のご案内を致します。
○整理券が必要なレッスン（ボディバンプ、X55、ユーバウンド）がございます。定員と記載があるレッスンはレッスン開始30分前からフロント前にて配布します。
○他の会員様が不快になるような行為等はご遠慮願います（横入りや場所取り、他の会員様やインストラクターの悪口を言う行為など）

スタジオ&プールでの注意事項

○スタジオやプールでの場所取りは他のお客様のご迷惑になりますのでご遠慮ください。
○レッスン中に体調不良などがあった際にはご遠慮なくスタッフ、インストラクターへお声がけください。
○他のお客様のご迷惑になる行為などがあった際にはお声がけさせていただくことがございますので予めご了承ください。