

クラブ3FIT八事店

変更・追加箇所



なお、スタジオでの予約対応等は、今後の情勢によって変更する場合がございます。

木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
WEB予約 9:50~10:35 エアロ45ロー 杉浦		WEB予約 10:15~11:00 ボクシングフィットネス 杉浦		WEB予約 9:45~10:15 BAILA BAILA 伊藤		WEB予約 10:00~10:45 ZUMBA Mi-ko	
11:05~11:45 バレトン 杉浦	11:00~11:45 アクアピクス 相木	WEB予約 11:30~12:15 フラダンス 中川	11:00~11:45 アクアピクス 石塚	WEB予約 10:45~11:15 BAILA BAILA 伊藤	11:00~11:30 ショートアクア 古郡	WEB予約 11:15~11:55 ヨーガ 鈴木	11:00~11:30 ショートアクア 渡部
12:15~12:45 エアロ30ソフト 杉浦			12:00~14:00 マンツーマン 有料水泳教室 ※ご予約がある場合、 歩く・泳ぐコース (ジャグジー側) コースの一部を 使用させていただきます。	11:45~12:15 ZUMBA あかね			12:00~14:00 マンツーマン 有料水泳教室 ※ご予約がある場合、 歩く・泳ぐコース (ジャグジー側) コースの一部を 使用させていただきます。
WEB予約 13:15~14:00 ヨーガ 渡邊		13:00~13:40 エアロ40 ベーシック 松岡		12:20~13:10 新体操(キッズ) 梶田・山崎		WEB予約 12:25~13:05 ヨーガ 鈴木	
WEB予約 14:30~15:15 ダンスエアロ あかね	14:15~14:45 ショートアクア スタッフ	定員16名 14:10~14:50 ステップ40 松岡	14:15~14:45 ショートアクア 本田	WEB予約 14:30~15:00 ピラティス 橋本	14:15~14:45 ショートアクア 鏑田	13:35~14:20 エアロ45ロー 杉浦	14:15~14:45 ショートアクア 鈴木
16:00~16:50 新体操(キッズ) 山崎		WEB予約 15:20~16:05 バレトン&ストレッチ 藤川	15:00~15:20 平泳ぎ 本田	WEB予約 15:30~16:00 ピラティス 橋本	15:15~15:45 クロール 鏑田	14:50~15:20 ファイドウ 本田	
16:50~17:50 新体操(ジュニア) 山崎		16:30~17:20 チア(キッズ) 藤澤	15:30~15:50 背泳ぎ 本田	WEB予約 16:30~17:15 エアロ30 +コンディショニング 橋本		定員16名 15:50~16:20 イーザーダイエット 渡部	
19:00~19:45 ヨーガ 藤川		17:25~18:25 チア(ジュニア) 藤澤		【休館日】 6/14 (火) 6/24 (金)			
		19:00~19:45 スタイルアップジャス 山田	19:15~19:45 ショートアクア 六郎万			19:15~19:45 HIPHOPダンス Kasumi	
20:15~21:00 ファイドウ 廣川	20:15~20:45 アクアダンベル 鏑田	20:15~21:00 コンディショニング &機能改善ストレッチ 山田	20:20~20:50 クロール 鏑田	20:15~21:00 ファイドウ 廣川	6/5.19 バレトン 6/12.26 ヨーガ	20:15~20:55 週替わりレッスン 藤川	20:30~21:00 アクアダンベル 本田
定員16名 21:30~22:00 イーザーダイエット 小嶋	21:00~21:30 クロール入門 鏑田	21:30~22:15 ZUMBA 橋本	21:00~21:50 有料水泳教室 クロール・背泳ぎ初級 鏑田				

週に3本までWEB予約可能/1本消化後、新たなレッスンのご予約可能、詳細・アプリのご登録は、館内掲示をご確認ください。

