全45分レッスン　WEB予約〔キッズスクール除く〕

レッスン初心者向け

2024年4月　イオンスポーツクラブ熱田千年　レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:30～10:15 ヨガ 吉満	9:30～10:15 OXIGENO 小南	9:30～10:15 KaQiLa 仲村	9:30～10:15 ポル・ド・ブラ 中村	NEW 9:30～10:15 骨盤ストレッチ 小山	9:30～10:20 新体操 キッズ	9:30～10:15 FIGHT DO NAHO
10:40～11:25 バレトン 吉満	10:40～11:25 エアロベーシック 中根	10:40～11:25 BAILA BAILA NAOMI	10:40～11:25 ヨガ 仲村	10:40～11:25 OXIGENO 小南	10:30～11:30 新体操 ジュニア①	10:35～11:20 MEGADANZ NAHO
12:30～13:15 FIGHT DO 小山	11:50～12:35 ZUMBA 中根	12:30～13:15 フラダンス 木村	11:50～12:35 ZUMBA 中根	時間変更 11:50～12:35 パワーヨガ 笹木	11:30～12:30 新体操 ジュニア②	11:40～12:25 ヨガ 松原
13:40～14:25 ZUMBA me.	13:00～13:45 ピラティス 中村	13:40～14:25 ZUMBA MAIKA	13:00～13:45 ザ・スローリンパドレナージュ CHIE	13:00～13:45 MEGADANZ 浜田	13:00～13:45 ヨガ 山田	13:00～13:45 バレトン 吉満
14:45～15:30 ヨガ 笹木	14:15～15:00 salsation (demo) 餌取	14:45～15:30 salsation (demo) MAIKA	14:10～14:55 BAILA BAILA 鵜殿	時間変更 14:10～14:55 エアロベーシック 小南	14:10～14:55 salsation (demo) MAIKA	14:10～14:55 DDDハウスワークアウト 鵜殿
16:00～16:50 新体操 キッズ	15:20～16:05 MEGADANZ 餌取	16:00～16:50 新体操 キッズ	15:15～16:00 DDDハウスワークアウト 鵜殿	NEW 15:15～16:00 ピラティス 笹木	15:20～16:05 BAILA BAILA 西村	15:20～16:05 ZUMBA 鵜殿
17:00～18:00 新体操 ジュニア	16:20～17:10 ヒップホップ キッズ	17:00～18:00 新体操 ジュニア①	16:20～17:10 バレエ キッズ	16:20～17:10 チアダンス 4歳～小学生	16:25～17:10 シェイプアップヨガ 西村	
18:55～19:40 脂肪燃焼エアロ 中根	17:20～18:20 ヒップホップ ジュニア	18:00～19:00 新体操 ジュニア②	17:20～18:20 バレエ ジュニア	17:20～18:10 K－POPダンス 4歳～小学生	17:30～18:15 FIGHT DO 小山	
20:00～20:45 ZUMBA 中根	18:55～19:40 ヨガ 神谷	20:00～20:45 脂肪燃焼エアロ NAOMI	18:30～19:30 バレエ 上級	18:55～19:40 ZUMBA MAIKA		
21:15～22:00 FIGHT DO HIRO	20:00～20:45 BAILA BAILA 西村	21:15～22:00 ZUMBA me.	20:00～20:45 FIGHT DO 餌取	20:00～20:45 salsation (demo) MAIKA		
	21:15～22:00 FIGHT DO MASUMI		21:15～22:00 MEGADANZ 餌取	21:15～22:00 リラックスヨガ 笹木		

営業時間

平日	9:00～23:00
土曜	9:00～22:00
日曜・祝日	9:00～19:00

休館日
毎月
4日
14日
24日

レッスンWEB予約について

■予約時間 / レッスン開始6日前の21時～レッスン開始時間まで

■スタジオ定員 / 50名　※ウェーブストレッチのみ40名

■予約のキャンセル / 当日レッスン開始5分前まで。

キャンセルせずに不参加の場合が、月5回以上になると次月の予約可能数が1回となります。

■予約可能数 / 8レッスンまで　〈正会員(フルタイム会員)は10レッスンまで〉

3FITアプリより、ご予約ください。

※体験・施設利用券やチケットご利用の際は、フロントにてご予約ください。

android版

ios版