

# 4月レッスンプログラム

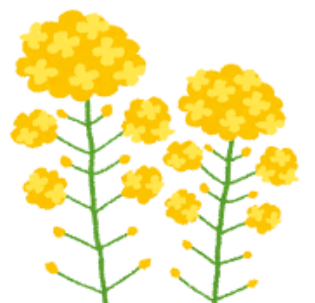
1日(火)		2日(水)		3日(木)		4日(金)		5日(土)	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
14:15~15:00 ヨガ			13:30~14:15 スイム教室				13:30~14:15 スイム教室	14:15~15:00 BODY COMBAT	
		18:15~19:00 BODY COMBAT			18:15~18:45 アクアビクス	18:15~19:00 ZUMBA	19:00~19:45 スイム教室 ~夜の部~		
8日(火)		9日(水)		10日(木)		11日(金)		12日(土)	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
14:15~15:00 ヨガ			13:30~14:15 スイム教室				13:30~14:15 スイム教室		14:15~14:45 アクアビクス
18:15~19:00 夜ヨガ		18:15~19:00 BODY COMBAT			18:15~18:45 アクアビクス	18:15~19:00 ZUMBA	19:00~19:45 スイム教室 ~夜の部~		
15日(火)		16日(水)		17日(木)		18日(金)		19日(土)	
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	スタジオ	プール
14:15~15:00 ヨガ			13:30~14:15 スイム教室				13:30~14:15 スイム教室		
18:15~19:00 夜ヨガ		18:15~19:00 BODY COMBAT			18:15~18:45 アクアビクス	18:15~19:00 ZUMBA	19:00~19:45 スイム教室 ~夜の部~		
22日(火)		23日(水)		24日(木)		25日(金)		26日(土)	
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	スタジオ	プール
14:15~15:00 ヨガ		臨時休館日 振替営業...4/21(月)					13:30~14:15 スイム教室	14:15~15:00 BODY COMBAT	
18:15~19:00 BODY COMBAT				18:15~19:00 BODY COMBAT		18:15~19:00 ZUMBA	19:00~19:45 スイム教室 ~夜の部~		
29日(火)		30日(水)		<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ・Jヴィレッジフィットネスクラブ会員...500円 ※各法人企業の方は所定の利用料+プログラム参加費 ・ならばスカイアリーナ会員...1000円 ・ビジター利用(単発利用)...1,500円 ボクシング、テコンドーなど様々な格闘技の動きをベースにした有酸素運動系プログラム。					
スタジオ	プール	スタジオ	プール						
休館日 昭和の日			13:30~14:15 スイム教室						
			18:15~19:00 BODY COMBAT						

ーインフォメーションー

- インストラクターの都合によりレッスンが**変更・休講**になる場合がございます。
  - ビジター・法人会員・宿泊利用・施設優待券**でご利用予定の方...会員様同様にご参加可能です。  
なお有料コンテンツにつきましては、各種お知らせをご覧ください。
- 有** 有料スタジオプログラム...500円(税込)/1回  
プール教室 ...500円(税込)/1回

4/21(月)のスタジオについて

プログラムは  
特にございません。  
ご自由にお使いください。



4/16(水)は、アリーナで  
No.102 New releaseレッスンをを行います！  
人数制限なし！ぜひご参加ください！