



6月レッスンプログラム

3日(火)		4日(水)		5日(木)		6日(金)		7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~ 19:00 ZUMBA	19:00~ 19:45 スイム教室 ~夜の部~		
10日(火)		11日(水)		12日(木)		13日(金)		14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
			13:30~ 14:15 スイム教室	14:15~ 15:00 ヨガ					
		18:15~ 19:00 BODY COMBAT		18:15~ 19:00 夜ヨガ					
17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)		21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~ 19:00 BODY COMBAT		18:15~ 19:00 ZUMBA	19:00~ 19:45 スイム教室 ~夜の部~		
24日(火)		25日(水)		26日(木)		27日(金)		28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
	special lesson 60 クラス		13:30~ 14:15 スイム教室	14:15~ 15:00 ヨガ			13:30~ 14:15 スイム教室	14:15~ 15:00 BODY COMBAT	
		18:15~ 19:15 BODY COMBAT		18:15~ 19:00 夜ヨガ		18:15~ 19:00 ZUMBA	19:00~ 19:45 スイム教室 ~夜の部~		

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

プールご利用の皆様へ

お知らせ

6/13(金)、14(土) につきまして、プールの冠水作業実施の為、プールのご利用が出来ません。予めご了承ください。その他エリア(ジム、浴場、スタジオ、アリーナ)につきましては、通常通りご利用頂けます。



LES MILLS BODYCOMBAT

- ・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

主に空手、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。

