

1月レッスンプログラム

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。



旧年中は格別のご引立てに預かり心よりお礼申し上げます。
2026年は、より満足度の高いサービスを提供できるよう
努めて参りますので、本年もお引き立てのほど、
宜しくお願いいたします。

Jヴィレッジフィットネスクラブ スタッフ一同

ー スイム教室 ー

プール有料レッスン

スイム教室 ～昼の部～

毎週水曜/金曜

13:30～14:15

スイム教室 ～夜の部～


火曜日/木曜日

19:00～19:45

実施詳細(ご参加/ご予約方法など)につきましては施設内掲示にてご確認ください。
ご不明な点はスタッフまで。

参加費：500円



5日(月)		6日(火)		7日(水)		8日(木)		9日(金)		10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	スタジオ	プール
レッスン 休講		New Release Session No.105 in ARENA			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			19:00～ 19:45 スイム教室 ～夜の部～	18:15～ 19:00 ZUMBA		
12日(月・祝)		13日(火)		14日(水)		15日(木)		16日(金)		17日(土)	
スタジオ	プール	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
定休日		14:15～ 15:00 ヨガ		臨時休館		臨時休館		臨時休館		14:15～ 15:00 BODY COMBAT	
法 定 点 検											
19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)		23日(金)		24日(土)	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	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	レッスン 休講			13:30～ 14:15 スイム教室		
18:15～ 19:00 BODY COMBAT		18:15～ 19:00 夜ヨガ		18:15～ 19:00 BODY COMBAT				18:15～ 19:00 ZUMBA			
26日(月)		27日(火)		28日(水)		29日(木)		30日(金)		31日(土)	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	プール		スタジオ	プール	スタジオ	プール
		Check !		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		
						19:00～ 19:45 スイム教室 ～夜の部～	18:15～ 19:00 BODY COMBAT		18:15～ 19:00 夜ヨガ		

LES MILLS
BODYCOMBAT

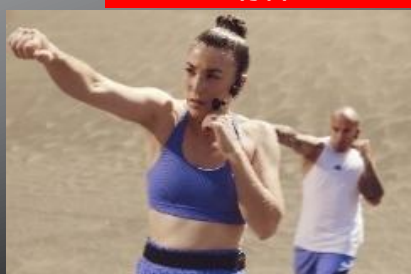
・Jヴィレッジフィットネスクラブ会員…500円

※各法人企業の方は所定の利用料+プログラム参加費

・ならはスカイアリーナ会員…1,000円

・ビジター利用(単発利用)…1,500円

主に空手、キックボクシング、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。



スタジオ有料レッスン

1/7(水)
BODYCOMBATNew number release
session !

アリーナにて 開催 !

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・施設優待券を
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

スタジオ有料レッスン

プール有料レッスン …各 500円(税込)/1回