

# 3月21日 (月・祝)

## 営業時間 10:00~18:00

初めての方に限り、マシンジム・各種レッスンを無料で体験できます！  
ぜひ、ご家族・お友達をお誘い合わせの上、お越し下さい。

### 無料体験タイムスケジュール

第1スタジオ	第2スタジオ	B-サーキット	プール
⚡10:30~11:30 コンビネーションエアロ 白砂 香	♥11:15~11:30 ダンベル体操 小林 千鶴	♥10:30~11:00 B-サーキット30	♥10:15~10:45 ウォーク&ジョグ 二井 弥生
♥11:45~12:15 ボディパンプ30 近藤 恭子	♥11:45~12:15 踏み台体操 小林 千鶴		♥10:50~11:05 うきうきダンベル 二井 弥生
😊12:30~13:15 ボディコンバット45 池田 浩之	♥12:30~12:45 お腹がんばれ 小林 千鶴		ベビースイミングのため 11:05~11:45の間 1コースのみ利用可
♥13:30~14:15 ボディバイブ45 斉藤 多間		♥12:50~13:20 B-サーキット30	♥13:30~14:00 ウォーク&ジョグ 武田 和美
14:30~15:30 リトモス 濁川 久美子			♥14:05~14:20 うきうきダンベル 武田 和美
			😊14:25~14:55 ウォーターエアロ 近藤 恭子
		マシンジムのご利用は 17:45までとなります	スイミングスクールのため 16:00以降プール利用不可

♥マークのレッスンは、初めてで体力に自信のない方も、安心してご参加いただけます。

😊マークのレッスンは、かんたんなレッスンです。初めての方もご参加いただけます。

⚡マークのレッスンは、上級者向けのレッスンです。

#### ●ご利用のご案内●

※体験料通常2,100円のところ、**無料**で体験いただけます。(お一人様一回限り)

※プールの利用時間は、16:00までとなります。

※マシンジムの利用時間は、17:45までとなります。

※スタジオレッスン・マシンジムをご利用の方は、内履きをご用意下さい。

(レンタルシューズもご用意しております。※310円)

ビックネス新井 0255-73-8360