

7月19日 (月・祝)

営業時間 10:00~18:00

無料体験タイムスケジュール

B-サーキット	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10:15~10:45 B-サーキット30 <small>体験にオススメ!</small>	10:30~11:30 中級エアロ60 白砂 香	11:00~11:30 踏み台体操 <small>体験にオススメ!</small> 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
	新曲発表 NEW RELEASE 74 11:45~12:45 ボディパンプ 斉藤 多聞 近藤 恭子	11:40~12:10 ボクシングシェイプ <small>体験にオススメ!</small> 坂口 英明	
12:15~12:45 B-サーキット30 <small>体験にオススメ!</small>	新曲発表 NEW RELEASE 41 13:00~14:15 ボディコンバット 池田 浩之 坂口 英明 小林 千鶴		13:15~13:30 うきうきダンベル 武田 和美 <small>体験にオススメ!</small>
13:45~14:15 B-サーキット30 <small>体験にオススメ!</small>			13:35~14:05 ウォーク&ジョグ 武田 和美 <small>体験にオススメ!</small>
マシンジムのご利用は 17:45までとなります	14:30~15:30 リトモス 濁川 久美子		14:10~14:25 エンジョイプール 武田 和美 <small>体験にオススメ!</small>
			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●

※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