



- 2019年 謹賀新年 -

**あけましておめでとうございます！
本年もよろしく願いいたします！**

「安心・安全・楽しさと健康」

スタッフ一同、サポートをさせていただきます。



【スタジオからのお知らせ】

- ・クラス開始5分以降のご入場は安全上、禁止とさせていただきます。
- ・クラスの途中退場はご遠慮下さい。
(途中ご気分がすぐれない場合、怪我等をされた場合は退出し、スタッフにお声掛けください)
- ・スタジオ内は譲り合ってご利用下さい。
- ・スタジオ整理券は開始30分前からマシンジムカウンターにて配布いたします。
(クラスを途中退出しての整理券受け取りはご遠慮下さい)
- ・次のレッスンの為にスタジオ前にお並びの際、お荷物を置いての場所取りはご遠慮願います。
※レッスン開始30分前から並びいただけます。

【会費引落しのお知らせ】

1月4日(金)

毎月3日が引落日となっております。
土・日・祝日の場合は翌営業日となります。

【フットサルサークルのお知らせ】

フットサルサークルを開催中！
2019年1月より、時間が変更となります！

毎週日曜日 11:30～12:30

料金は無料！申し込み不要！初心者大歓迎！
開始時間までに着替えてフットサルコートに集合！
ブレオンでフットサルを通じて仲間づくりをしましょう♪

【プールからのお知らせ】

- ・プール整理券配布は、レッスン開始30分前からコーチ室前にて配布いたします。
参加ご希望の方は、コーチ室前までお越しください。
- ・入水しながらの水分補給はご遠慮ください。(レッスン中を除く)
荷物置き場にてお願いいたします。
- ・プールエリア(採暖室も含む)にての食事等はご遠慮ください。
- ・プールご利用前は、必ずお化粧や整髪料を落としてから、ご利用ください。

	土曜日				日曜日				
	A studio	B studio	多目的	pool	A studio	B studio	多目的	pool	
10:30	リラクゼーションヨガ 60 10:20～11:20 金子 弥生	エアロ中級 45 10:30～11:15 川崎 美輪子		ベビー 10:30～11:15 【最大4コース使用】	LES MILLS ボディバランス 60 10:20～11:20 中田 雄一			らくらくウォーキング30 10:20～10:50 添田 璃輝	10:30
11:00								オリジナルアクア 45 11:00～11:45 木村 佐都美 (整理券45名)	11:00
11:30	ステップ中級 45 11:35～12:20 阿部 暁都	～KaQiLa～ (カキラ) 60 11:30～12:30 間宮 友美		オリジナルアクア 45 11:30～12:15 坪子 佳代 (整理券45名)	リラクゼーションヨガ 60 11:30～12:30 藤島 直美	せなかスッキリ20 11:30～11:50			11:30
12:00						楽トレ30 12:00～12:30 三浦 紗都美			12:00
12:30	エアロ& コンディショニング 60 12:35～13:35 阿部 暁都	バレエ 60 12:45～13:45 m i k i	平泳ぎ	泳法クリニック30 12:30～13:00 花俣 国臣	LES MILLS ボディパンプ 60 12:45～13:45 川村 誠	～KaQiLa～ (カキラ) 60 12:45～13:45 志村 裕一	合気道 12:30～14:00	はじめて水泳30 12:30～13:00 大垣 陽平	12:30
13:00								はじめてクロール30 13:15～13:45 大垣 陽平	13:00
13:30	LES MILLS			開催日：1/12.19.26 ※東武マスターズ申込みの方のみ	LES MILLS				13:30
14:00	ボディジャム 60 13:50～14:50 阿部 暁都	パワーヨガ 60 14:00～15:00 藤島 直美		キッズスイミング (幼児) 14:00～15:00	ボディアタック 60 14:00～15:00 川村 誠	せなかスッキリ20 14:00～14:20			14:00
14:30						からだ調整ストレッチ30 14:30～15:00 中田 雄一			14:30
15:00								スイムトレーニング 45 15:00～15:45 大垣 陽平	15:00
15:30	ZUMBA 60 15:05～16:05 MINA	フラダンス 60 15:15～16:15 青木 みゆき	空手 (キッズ) 15:00～16:00	キッズスイミング (小学生) 15:00～16:00	パワーヨガ 60 15:15～16:15 北 ちかこ	ジャズダンス 60 15:15～16:15 JUNKO			15:30
16:00	LES MILLS		空手 (中級) 16:00～17:00	キッズスイミング (小中) 16:00～17:00	LES MILLS			【有料】 東武マスターズ練習会 16:00～16:30	16:00
16:30	ボディコンバット 60 16:20～17:20 辻 拓起	リトモス 60 16:25～17:25 笹井 ひろみ			ボディコンバット 60 16:30～17:30 中田 雄一	ストリートダンス 中級60 16:30～17:30 JUNKO			16:30
17:00								開催日 1/13.20.27	17:00
17:30	LES MILLS			アクアフレッシュ30 17:15～17:45 松本 有貴					17:30
18:00	ボディアタック 60 17:35～18:35 山田 樹耶	ストリートダンス初級 45 17:45～18:30 AYUMI							18:00
18:30	LES MILLS			マスターズ 60 18:00～19:00 正木 崇史					18:30
19:00	ボディパンプ 60 18:50～19:50 田辺 隆之介	ストリートダンス 中級60 18:45～19:45 AYUMI							19:00
19:30									19:30
20:00									20:00
20:30									20:30
21:00									21:00
21:30									21:30
22:00									22:00
22:30									22:30
23:00									23:00

**土曜日
スポーツエリアご利用時間は
21:15まで**

**日曜日
スポーツエリアご利用時間は
19:15まで**

- LES MILLS レスミルズプログラム
- キッズ・他スクール
- 変更箇所