

アリーナつきみ野スポーツクラブ

9月フィットネス

3日間体験会 実施中

皆様の運動のきっかけや体力増進・免疫向上のために体験会をご用意しました。是非、この機会にご体験下さい。

※コロナ対策アリーナガイドラインにて実施中



フィットネス体験1, 100円でご利用できます。

最新情報はコチラ

曜日別おすすめスタジオ・プールレッスン

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:45~10:15	9:30~10:00	9:45~10:15	9:30~10:00	9:30~10:00	11:00~11:30
4泳法(背泳ぎ)	4泳法(平泳ぎ)	4泳法(クロール)	4泳法(バタフライ)	タートル	4泳法(バタフライ)
野村	金子	金子	橋本	橋本	油井
13:15~13:45	12:15~12:45	14:30~15:00	10:15~10:45	13:00~13:30	11:15~11:45
リズムカキラ	ハートフル ヨガ	ウェーブリングストレッチ	ピラティス	4泳法(クロール)	ハートフルヨガ
村松	平岡	YUKI	増田	野村	平岡
14:00~14:30	13:00~13:30	13:30~14:15	12:00~12:45	13:15~13:45	14:00~14:30
タートル	4泳法(背泳ぎ)	アクア	アクア	カキラ	パーフェクト コンパッション
高松	野村	杉崎	川口	村松	篠田
19:45~20:15	13:30~14:15	19:45~20:15	13:30~14:00	19:45~20:15	
美バランス	アクア	ピラティス	4泳法(平泳ぎ)	ハーフ ムーンヨガ	
加賀尾	平岡	上村	木下	MIWA	

※この他にもレッスンは御座いますが大変混み合っているレッスンの為、行えない可能性がありますのでご了承下さい。