



2025年8月～レッスンプログラム

MONDAY

10:30～11:30
BODY JAM™(60)
ERI

11:45～12:30
ZUMBA®(45)
KYOUHEI

13:00～14:00
Group Centergy®60
(60)Nami

TUESDAY

10:15～11:00
きらめき
Meditation(45)
Doris

11:15～12:00
ZUMBA®(45)
Doris

WEDNESDAY

9:30～10:30
美筋ヨガ(60)
Haruka

11:00～12:00
Group Groove®60
(60)YUKO

THURSDAY

11:30～12:30
Group Centergy®60
(60)Shoko

FRIDAY

SATURDAY

14:30～15:30
BODY JAM™(60)
KYOUHEI

17:30～18:15
Group Groove®45
(45)YUKO

18:30～19:15
Les Mills Dance™
(45)YUKO

料金システム

(マスター会員)

3,850円(月額基本料) + (60)→990円/1レッスン (45)→770円/1レッスン (30)→550円/1レッスン

(サポーター会員)

1,100円(月額基本料) + (60)→1,980円/1レッスン (45)→1,540円/1レッスン (30)→1,100円/1レッスン

※月額基本料は毎月前月末クレジットカードよりご請求させていただきます。

※1レッスン参加ごとに上記のレッスン参加料を毎回ご請求させていただきます。

※火曜日・木曜日 21:15～Group Centergy® 担当者は交替わりになります。

21:15～22:15
Group Centergy®60
(60)

20:15～21:15
BODY JAM™(60)
KYOUHEI

21:15～22:15
Group Centergy®60
(60)

20:15～21:15
BODYCOMBAT™(60)
KYOUHEI

21:30～22:30
BODY JAM™(60)
ERI

～持ち物～

BODYCOMBAT™ Group Groove® Les Mills Dance™ BODY JAM™ ZUMBA® → 室内シューズ、水分、タオル

Group Centergy® きらめきMeditation 筋膜リリース → ヨガマット、水分、タオル

- ◆レッスンにご参加いただくには「会員登録」が必要です。
- ◆登録後、レッスンは事前予約制となっております。
- ◆開始1時間前までにご予約ください。

体験をご希望の方

- ◆WEB、またはお電話にてレッスン1時間前までにご予約ください。



ご入会



体験受付

※お着替えをするスペースのみのご用意になります。(女性優先で順次ご案内)