

2023 / 3 / 1 ~ time table

	MON				TUE				WED				THU				SAT				SUN			
	9階STUDIO1	8階STUDIO2	MULTI 1	BIKE	9階STUDIO1	8階STUDIO2	MULTI 1	BIKE	9階STUDIO1	8階STUDIO2	MULTI 1	BIKE	9階STUDIO1	8階STUDIO2	MULTI 1	BIKE	9階STUDIO1	8階STUDIO2	MULTI 1	BIKE	9階STUDIO1	8階STUDIO2	MULTI 1	BIKE
12:00		LesMills CORE 11:45-12:30 DAIGO				BODYCOMBAT 12:00-13:00 YUSSY				BODYATTACK 12:00-12:45 YUKIO				BODYJAM 11:50-12:50 MIHO										
13:00	BODYSTEP 12:45-13:30 HIROHASHI	ヤマナ ポディーローリング 12:45-13:30 ＜前週550円＞ DAIGO																						
14:00	SH/BJ 13:45-14:30 YUSHI	3/13,27: SHBAM 3/6,20: BODYJAM																						
15:00	BODYBALANCE 14:45-15:30 YUSHI																							
16:00																								
17:00																								
18:00																								
19:00	BODYCOMBAT 18:55-19:40 KENYA	トネ3 19:00-19:30 TOYA																						
20:00	BODYPUMP 20:00-20:45 ATSUSHI	BODYBALANCE 19:55-20:40 UTANO																						
21:00	BODYATTACK 21:05-22:05 TOYA	LesMills CORE 21:00-21:45 YUKIO																						
22:00																								

＜営業時間について＞
 ●スタジオ利用 月-木 11:30-23:00, 土11:00-20:00, 日(祝)11:00-18:00
 ●マシンジム利用 (24hフルタイム または 7:00-17:00モーニングDAY 顔認証で直接6階扉で自動チェックインとなります)
 ※フロント受付 月-木11:30-16:00,18:00-22:00, (金曜休)
 土11:00-19:00 日(祝)11:00-17:00
 ※電話受付 月-木11:00-16:00,17:30-22:00, (金曜休)
 土10:30-19:00 日(祝)10:30-17:00
 ・レッスン受講およびパーソナルなど、サービスご利用の前後30分以内でのチェックイン・アウトのご協力をお願いします。
 ・ストレッチゾーンは15分以内で譲り合ってくださいませ
 ・ご来館時は、感染症予防対策へのご協力をお願いします

＜レッスン事前予約について＞
 ・レッスン実施日の13日以前は深夜0時よりご予約頂けます。
 ・事前予約は平日2枠、土日は3枠までご協力をお願いします。
 (土曜のBODYJAMはどちらか1つで事前予約をお願いします)

＜GRITについて＞
 ＊別途550円が必要となります。(PICKUP会員様は30分料金に+550円)
 ＜POWER HIPNESSについて＞
 ＊全クラス男女問わずご参加いただけます。
 ＊45分クラスは別途550円が必要となります。(専用バンド使用代込み) PICKUP会員様は45分料金に+550円)
 SELECT4会員様は別途料金が必要ございません(会費内でご利用いただけます)
 ＊水曜20:50-21:20の30分クラスはオープンクラスとして月会費内でご利用いただけます(専用バンド使用代込み)
 (PICKUP会員様は30分料金でご利用いただけます)
 POWER HIPNESSで使用する専用バンドはご購入いただけます。フロントでお尋ねくださいませ
 ＊ヤマナポディーローリングについて＞
 ＊45分クラスは別途550円が必要となります。(ホール使用代込み/PICKUP会員様は45分料金に+550円)
 ヤマナポディーローリングで使用する専用ポールはご購入いただけます。フロントでお尋ねくださいませ
 ＜プログラム表記について＞
 記号無し インストラクター実施クラス ...それぞれの会費プランに応じてご参加いただけます。ご利用料金は別途ご確認くださいませ
 「V」→Virtualクラス...マンスリー会員様は全て会費内でご利用いただけます(曜日時間外・回数外利用も無料でご利用いただけます。)
 PICKUP会員様は一律550円でご利用いただけます

＜定員について＞
 ■9階STUDIO1: ツール無し40名 (ツールあり:30名, GRIT:20名) ■8階STUDIO2:22名 (GRIT:15名, POWER HIPNESS/ヤマナ:20名)
 ■BIKEROOM...15名 ■MULTI ROOM(バーチャル) 5名
 ※情報に応じ変動する場合がございますのでご了承くださいませ。
 ※ツール用のアルコールペーパータオルをご用意しております。ご利用後はアルコールで消毒のご協力をお願いします。

＜パーソナルについて＞
 ●トレーニング内容は希望インストラクターとご相談くださいませ。
 ●6階GYMエリア、5階マルチルームで実施頂けます。
 ●5階マルチルームでのパーソナルはスタジオ営業時間内 (月-木 11:30-23:00, 土11:00-20:00, 日11:00-18:00)でご利用ください。上記時間外のご利用をご希望の場合は別途ご相談ください(時間外利用として550円を頂戴します)
 ●パーソナル料金目安 3300円~/30分(インストラクターによって異なりますのでご確認ください)
 ●プリペイドカードはご利用いただけません。

＜グループパーソナルについて＞
 (各デクニッククラス、各オクターレッスン、ヤマナポディーローリング、TRX、キックボクシングなど)
 ●2名~スタジオを利用したグループパーソナルを承っております。
 ●トレーニング内容は別途希望インストラクターとご相談くださいませ。
 ●スタジオ営業時間内(上記パーソナル欄と同様)でご利用ください。上記時間外のご利用をご希望の場合は別途ご相談ください(時間外利用として550円を頂戴します)
 ●グループパーソナル料金目安 全て30分、1名様分の料金(インストラクターによって異なりますのでご確認ください)
 ＊2-3名 2,750円~ ＊4-5名 2,200円~ ＊6-7名 1,750円~ ＊8-10名 1,320円~

＜スタジオレンタルおよび追加バーチャルについて＞
 スタジオ営業時間内で空き時間を出いたします。ご利用に関しては別途利用条件などをご確認いただき、フロント迄ご予約をお申し出くださいませ。空き状況を確認して承ります。(営業時間外でご利用をご希望の場合は別途ご相談くださいませ)

スタジオ	使用人数定員	平日昼/1h	平日夜・土日/1h	使用可能設備/備考
9階Studio1	30名	2,200円	2,750円	音響設備(CD,iPodなど)、演出照明
8階Studio2	20名	1,650円	2,200円	音響設備(CD,iPodなど)、演出照明/希望によりバーチャル
5階Multi 1	5名	1,100円	1,650円	スピーカー(Bluetoothタイプ)/希望によりバーチャル
5階Multi 2	3名	770円	1,100円	スピーカー(Bluetoothタイプ)
BIKE ROOM	10名	1,100円	1,650円	音響設備(CD,iPodなど)/希望によりバーチャル(BIKEのみ)

※代表者の方がご利用スタジオ・使用時間・人数(お名前)をお申し出頂きご予約ください。
 当日使用までにフロントで必要分をご入金くださいませ。(フロントでは代表者からの入金のみ承ります)
 ※施設利用いただく方はフロントで会員証をご提示くださいませ。
 ※追加バーチャルの場合、施設利用料にバーチャルシステム利用料(550円)を別途頂戴いたします。
 料金例) 平日昼にマルチ1でバーチャル30分クラスをする場合、ルーム料金1,100円×0.5h+バーチャル代550円
 合計1,100円をご利用人数で割っていただく(最大、定員5名でご利用の場合、お1人30分220円となる)
 ※会員外の方がご利用の場合は連絡先等をご記入いただきますので、フロントで用紙をお書きくださいませ。
 Pickup会員様および会員外の方は別途施設利用料を550円頂きます。
 ※プリペイドカードをご利用いただけます(1マス550円分として換算させていただきます)ご質問お問い合わせはフロント迄お尋ねくださいませ。