

Main schedule table with columns for days of the week (MON-SUN) and time slots (12:00-22:00). Includes various class names like BODYATTACK, GRIT ATHLETIC, and instructor names.

※祝日レッスンのお知らせ
●9/16(祝・月)一部ニューリリースDAY! 9/16以降、インストラクターによりニューリリースへ移行いたします。
●9/23(祝・月) BODYCOMBAT100 TRIVE内での記念レッスンを実施!

「HIP UPワークアウト」
ヒップアップするために必要な筋肉を、更に効果的に使える時間帯になるようトレーニングをしています。
男女問わず興味を持ってくださる方が多いと感じている方や、ボディメイクしたいけど前から悩んだら良いのかわからないという方にオススメです。
少人数制で「レコリフォーム」を理論しながら効果を感じていただけるように進めていきます。

＜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)11:00-17:00
●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)
※フロント受付 月-木 11:30-16:00, 18:00-22:00, (金曜休)
※電話受付 月-木 11:00-19:00, 17:30-22:00, (金曜休)
※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夜30分以内のチェックイン・アウトのご協力を願います。
※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

＜マーク プログラムについて＞
それそれ指定の別途料金を頂戴します。ご予約時にアプリ内で「クレジット決済」または「有料予約チケット(1枚=550円相当)」をご利用いただき、ご予約ください。
*PICKUP会員様、MONTHLY会員様の範囲外利用の方は、各分數毎のレッスン料金に+別途料金を頂戴します。
上記同様、別途有料分を予約時に決済いただき、チェックイン時に分數毎のレッスン料金をフロントでお支払いください。
(フロントでお支払いいただく分數毎のレッスン料金をお支払いには、紙のプリペイドカードをご利用いただけます)

＜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階マルチルームでは実施頂戴します。
●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11:00-17:00)でご利用ください。
上記時間外で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/1人を頂戴します)
◆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)
Lプリペイドカードはご利用いただけません。

＜スタジオレンタルおよび追加パチャーについて＞
スタジオ営業時間内で空き時間をお貸しいたします。ご利用に関しては別途利用条件などを確認いただき、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)

Table with 4 columns: スタジオ, 使用人数定員, 平日昼/1h, 平日夜・土/1h, 使用可能設備/備考. Lists studio 1, 2, 5 and BIKE ROOM with their respective capacities and equipment.

※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登録をご提示ください。
※追加パチャーの場合、施設利用料にパチャーシステム利用料(550円)を別途頂戴いたします。
料金例) 平日昼にマルチ1でパチャー30分クラスをする場合、ルーム料金1,100円+0.5h+パチャー代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(ロッカー利用含む)を550円頂戴します。
※プリペイドカードをご利用いただけます(1マ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。