

すぽっシュ豊浜19周年レズミルズイベント特別プログラム

9月21日 日曜日		
スタジオ	メインアリーナ	プール

9月22日 月曜日		
スタジオ	サブアリーナ	プール

9月23日 火曜日		
スタジオ	メインアリーナ	プール

★印のレッスンは、有料制、申参加申込が必要です。
下記申込方法、または別途パンフレットをご確認ください。

10:00

10:30 ヨガ
まなべ
10:30-11:30

11:30 シンプルエアロ
たにもと/11:45-12:25

12:30 レズミルズダンス30
たにもと/12:45-13:15

13:30 **★** **LES MILLS BODYCOMBAT**
NEW RELEASE #104
13:30-14:30 **有料**

14:30 **★** **LES MILLS BODYATTACK**
NEW RELEASE #129
15:00-16:00 **有料**

16:00 9月21日(日)
スペシャルゲスト
丸橋 冬弥
BODYATTACKトレーナー
BODYCOMBATプレゼンター

18:30

19:00

19:30

20:00

ファミリープール 10:00-19:30

10:00

10:30 ヨガ
まなべ
10:30-11:30

11:30 **よこやま・いしかわ**

12:00 **BODYBALANCE SPECIAL**
11:45-12:45

12:30 リズム体操
やまぐち/12:00-12:30

13:00 **BODYPUMP SPECIAL**
13:00-14:00

13:30 美秘@コンディショニング
いしかわ/13:00-13:30
定員20名

14:30 **みやげ・やまぐち
いしざき**

15:30

16:00

16:30

17:00

17:30

18:00

18:30

19:00 **リズム&ストレッチ**
たけうち/18:40-19:10

19:30 **ZUMBA45**
たけうち
19:25-20:10

20:00 **BODYCOMBAT SPECIAL**
19:15-20:15

20:30 **テクニカルエアロ**
たけうち
20:25-21:25

21:00 **BODYATTACK SPECIAL**
20:30-21:30

21:30

22:00

アクアピクス(シェイプ)
いしかわ/10:30-11:00

平泳ぎ初級
みやげ/11:10-11:40

幼児クラス
ひよこ〜18級
15:30〜16:30

ジュニア
スイミングサークル

児童クラス
17級〜8級
16:40〜17:40

上級クラス
7級〜ベスト
17:50〜18:50

メインアリーナ

10:00

10:30 **★** **LES MILLS DANCE**
NEW RELEASE #9
11:45-12:30 **有料**

12:30 **★** **LES MILLS BODYJAM**
NEW RELEASE #113
13:00-14:00 **有料**

14:30 **BODYCOMBAT SPOSH SPECIAL**
14:30-15:30 **会員以外有料**

15:30 9月23日(火・祝)
スペシャルゲスト
清水 祐史
LES MILLS DANCE トレーナー
BODYJAM トレーナー

16:00

16:30

17:00

17:30

18:00

ファミリープール 10:00-17:30

～申込開始日時・方法～

すぽっシュ豊浜会員様	
～店頭先行申込～	～通常申込～
2025年9月6日(土) 17:30~19:30	2025年9月7日(日) 10:00~

- ◆店頭先行申込は館内所定の場所にて、整列ください。1度の申込につき、おひとり様1日分がお申込みいただけます。1日分のお申込み後、別日のお申込みが可能となります。
- ◆通常申込はフロントまたはお電話にてお申込みいただけます。1度の申込で、おひとり様、両日分がお申込みいただけます。お名前、会員番号、参加クラス、ご連絡先等をお伺いいたします。

すぽっシュ豊浜会員様以外

2025年9月8日(月)	12:00~
---------------------	--------

- ◆フロントまたはお電話にてお申込みいただけます。1度の申込で、おひとり様、両日分がお申込みいただけます。お名前、参加クラス、ご連絡先等をお伺いいたします。

～参加費～

すぽっシュ豊浜会員様	すぽっシュ豊浜会員様以外
①~④ ￥1,650(税込)	①~④ ￥2,200(税込)
⑤ 無料	⑤ ￥550(税込)

※参加費に温浴施設利用料を含む

- ～イベント入場について～
- ◆申込受付順にて入場整理番号が発行されます。入場整理番号順で入場となります。
 - ◆クラス開始20分or30分前までに指定場所へ番号順にお並びください。
 - ◆クラス開始15分or25分前より5名or10名(参加者数による)ずつ入場開始いたします。
 - ◆参加者全員の入場が終わるまで、待機ください。
 - ◆入場時に前の方の追い越し行為や本人以外の場所取り行為などの迷惑行為を発見した際は、ご退場いただく場合がございます。その際の、参加費のご返金は致しかねます。

