

期間限定
7/5(月)~9/5(土)

おとなさま サマーレッスン

夏限定『おとなさま サマーレッスン』とは？

より多くのお客さまにご参加いただけるように、
アメニティプラザ教室プログラムの枠を夏限定で開放します！
在籍中の方ももちろん、まだ教室に参加したことがない方も、
どなたでもご参加いただけるチャンス！！
「セット」でも「都度」でもお申込みいただけます。



カレンダー

- 下記カレンダーの色がついている日程においてレッスンを開講いたします。
- 【お盆休講】 8/9(月)~8/14(土)



タイムテーブル

お盆特別ヨガ
8/11(水)
10:30~11:30
会場:メインアリーナ
定員:20名 770円(税込)



7/5(月)~8/25(水)
無料教室 全クラス休講

	月	火	水	木	金	土
	スタジオ	アリーナ	アリーナ	アリーナ	スタジオ	アリーナ
10:00			LesMills COMBAT コンバット【水】 9:15~10:15			LesMills COMBAT コンバット【土】 9:45~10:45
11:00	▼アリーナ エンジョイ シェイプアップ 10:30~11:30		ボディ コンディショニング 10:30~11:30		▼アリーナ ヨガC 10:30~11:30	
12:00			ヨガD 11:45~12:45			
13:00	▼アリーナ らくらく エアロ 13:00~14:00	ヨガA 12:45~13:45			かんたん ラテン エクササイズ 13:30~14:30	
14:00	ボディコン 月⑥ 13:45~14:45	ヨガB 14:00~15:00	▼スタジオ LesMills PUMP パンプ【水】 14:00~15:00		LesMills ATTACK アタック【土】 14:00~15:00	
15:00						
19:00						
20:00	アロマ ビューティ N 19:15~20:15	LesMills ATTACK アタック【火】 19:20~20:20	カロリー バーナー 19:15~20:15	▼スタジオ ボディ コンディショニング N 19:15~20:15	LesMills PUMP パンプN 19:20~20:20	

7
JULY

7	月	火	水	木	金	土	日
7/5	6	7	8	9	10	11	
	①	①	①	休館	①	①	
12	13	14	15	16	17	18	
	②	②	②	休館	②	②	
19	20	21	22	23	24	25	
	③	③	③		③	③	
26	27	28	29	30	31	8/1	
	④	④	④		④	④	

8
AUGUST

8	月	火	水	木	金	土	日
8/2	3	4	5	6	7	8	
	⑤	⑤	⑤		⑤	⑤	
9	10	11	12	13	14	15	
	休講	休講	休講		休講	休講	
16	17	18	19	20	21	22	
	⑥	⑥	⑥		⑥	⑥	
23	24	25	26	27	28	29	
	⑦	⑦	⑦		⑦	⑦	
30	9/1	2	3	4	5	6	
	⑧	⑧	⑧	休館	⑧	⑧	



お申込方法

【申込方法】 総合フロント先着順 (電話申込不可)

- ①【セット申込】 6/7(月)~先着順
- ②【都度申込】 6/21(月)~先着順

※ 「セット申込」が先行になります。「都度申込」は空き枠がある場合のみお申し込みいただけます。
※ 同一アイテムに複数のクラスがある場合、「セット参加」でのお申込みは、いずれか1つとします。
例) ヨガA/B/C/D → いずれか1つ
(尚、6/21以降空き枠があれば複数お申込みもOK)
※ 通常教室の都度申込は、2週先までのお申込みですが、おとなサマーレッスンの都度申込は一斉受付です。
※ おとなサマーレッスンプール系教室は開講しません。

¥	セット料金		都度料金
	ボディコン月⑥ 全6回	左記以外 全8回	
参加費			
大人有料	3,300円	4,400円	770円
大人有料 LesMills	—	6,600円	1,100円

詳しくは総合フロントまで！みなさまのご参加お待ちしております！！

湖西市アメニティプラザ TEL 053(573)0777 【休館日：木曜日(7/20~8/31は除く)】

