


2026/2月

映像レッスンとは？ → 壁に投影される画面を見ながら行うレッスン
です。誰でも気軽に参加でき、有名なインストラクターが楽しく、
わかりやすく導いてくれます。※プログラムの  表示のレッスンになります。

整理券配布レッスンについて

各レッスンには皆様が安全に運動できるよう定員を設けております。人気レッスン
については整理券を配布しております。10時台のレッスンは入館と同時に配布
します。各レッスン15分前にフロント前で配布しています。

整 は整理券が必要。ご本人がお並びになってお受け取り下さい。