

**レッスンスケジュール**

	実施場所			
	メインスタジオ	VR/FTAスタジオ	カウンセリングルーム	
10:00	営業開始 10:00			
11:00	10:30～11:30 <b>MEGADANZ</b> <small>RADICAL FITNESS</small> ※詳細は別紙参照・要予約	10:30～11:15 		<b>体組成計</b>  <b>測定</b>  <b>随時</b>  <b>受付中…</b>  気軽にフロントスタッフまで お声かけください♪
	【RINA】	11:30～12:15		
12:00	11:50～12:50 <b>FIGHT DO</b> <small>RADICAL FITNESS</small> ※詳細は別紙参照・要予約			
13:00	【KATSUMI】	12:40～13:25		
	★ 13:10～13:55 アロマヨガ (32℃)			
14:00	【MIHO】	13:45～14:15		
	14:15～15:00 <b>LES MILLS BODY PUMP</b>			
15:00	【HARUKO】	14:40～15:10		
16:00	15:20～16:05 <b>LES MILLS BODY COMBAT</b>	15:35～16:20		
	【YUSUKE】			
17:00		16:35～17:35		
18:00				
	◎マークはヴァーチャルレッスン ★はヨガマットが必要なクラスになります			
	この色のプログラムはレスミルズプログラムとなります			
	この色のプログラムはホットプログラムとなります			
	スタッフタイム【受付時間】 10:00～18:00			

レッスンの参加には  
原則WEB会員登録からの  
レッスン予約が必要となります。

※予約がなくてもご参加いただける  
レッスンもございます。  
また予約の空き状況により当日のご参加が  
可能な場合もございます。

◎ このマークのあるレッスンは  
有料イベントレッスンの為、  
事前予約が必要となります。

※詳細は別紙掲示を  
ご確認ください。

11月23日(木)  
イベントレッスン情報!!!

# RADICAL FITNESS

## MEGADANZ & FIGHT DO

### MEGADANZ



担当インストラクター RINA

### FIGHT DO



担当インストラクター KATSUMI

～フィットファースト清水店が誇る『ラディカルフィットネス』!!～  
最高の音楽で楽しいダンス系エクササイズ「MEGADANZ」と  
エキサイティングな格闘技系エクササイズ「FIGHTDO」が長泉店で受け  
られます!! 「レスミルス」とはまた違った新感覚のムーブを体感しま  
しょう!!( )/

時間: MEGADANZ 10:30～(45分)

FIGHT DO 11:35～(60分)

定員: 28名(※先着)

料金: 会員 880円(税込)

会員外 1100円(税込)

受付: 11月5日(日)10時より受付開始!!

◆申込み方法: フロントにて参加者ご本人様が受付申込み(※電話受付は行っておりません)  
清水店と富士店のお客様はご自身の所属店舗で申込みください。  
会員外のお客様は施設の利用を希望される場合、別途施設利用料550円をお支払いいただきます。  
参加費は受付時にお願ひ致します。入金と合わせ申込み完了とさせていただきます。  
※キャンセルでの返金はいかなる場合も致しませんので予めご了承のうえお申込みをお願いいたします。