


9月23日(土・祝)特別クラブレッスンスケジュール

スペシャルレッスン	内容
	<p>10/1からスタートするRITMOS#53を一定早くお披露目致します。 RITMOSファンはもちろん、ダンス初心者の方もこの機会と一緒に始めませんか？ラテン、ヒップホップ、セクシーダンス、レゲトン、様々なダンスを一度に楽しめるプログラムです。皆様のご参加をお待ちしております。</p> <p>参加費 NAS会員様/ビジター様 500円 (消費税別)</p> <p>※デイトタイム会員様・他店舗会員様は別途、施設利用料を頂きます。ビジター様は別途、施設利用券のご購入が必要となります。(3枚綴り:7,000円(税抜) 5枚綴り:11,000円(税抜))</p> <p>定員 50名 ※最少催行人数 12名 ※ご入場はご予約順となります。</p> <p>【受付開始】※フロント受付は15分前よりフロントにお並び頂いた順に受け付けます。 フロント受付:9月11日(月)13:00～ 電話受付 :9月11日(月)14:00～</p>

	Arena 2階	A Studio 3階	B Studio 3階	Pool 4階
10:00				
10:30	SP 10:30～11:40 RITMOS☆ 新曲発表会 WAKABA	10:15～11:00 ベーシックエアロ 中野	レンタル スタジオ ※有料	10:15～12:15 ※準備を含む キッズスクール
11:00				
11:30	50	11:15～12:00 ZUMBA 田村		
12:00	12:00～12:45 リラックスヨガ 淳子	12:15～13:00 RADICAL POWER 室岡		12:30～13:30 キッズスクール 親子クラス
12:30		35		
13:00				
13:30	13:20～14:20 FIGHT DO 室岡			13:45～14:15 背泳ぎ
14:00				
14:30		14:15～15:00 楽しくフラダンス♪ emilio	14:00～17:15 キッズ スクール	14:30～17:45 ※準備を含む キッズスクール
15:00	15:00～16:00 卓球	15:25～16:10 DANCE WITH ME 中野		
15:30	48	16:30～17:15 ペルビックストレッチ 中野		
16:00		17:30～18:15 リンパコンディショニング 中野		
16:30	16:30～17:30 バドミントン			
17:00				
17:30				
18:00	18:00～19:00 ミニサッカー	18:30～19:15 MEGADANZ SAKI	営業時間 10:00～20:00	
18:30			SP 祝日スペシャルレッスン・イベントを開催致します。	
19:00			¥ 事前のお申し込みが必要な有料レッスンとなります。	
19:30	※ジム・プール・ゴルフエリアのご利用は19:30までとなります。			