

NAS若葉台9月22日(火・祝) Lesson Schedule

	アリーナスタジオ	スクールスタジオ	スピニングエリア
9:30			
10:00			
10:30	10:15-11:00 ボルスター SAKURA (定員30名)		
11:00	切ない甘いメロディーとリズムで ロマンチックに情熱的にダンス♪	10:45-12:00 プレミアムスクール ～大人の習い事～ Beauty YOGA くぼかつみ	
11:30	11:15-12:00 バチャータ yaeko		
12:00			
12:30	12:15-13:00 OXIGENO Ryu		
13:00		13:00-14:15 プレミアムスクール ～大人の習い事～ Ballet YASUKO	
13:30	13:15-14:00 MEGADANZ Ryu		
14:00			
14:30	★初登場★ 14:30-15:15 開運YOGA JURI	14:30-15:45 プレミアムスクール ～大人の習い事～ JAZZ YASUKO	
15:00			
15:30	15:30-16:15 やさしいエアロ 桶屋		
16:00			
16:30	special 16:30-17:30 オリジナルダンス 桶屋 (定員50名) ¥1100		17:00-17:20 若葉スピン20 小松
17:00			
17:30			
18:00	special 18:00-19:00 PICKLE BALL 60 祝日SPエンジョイクラス HAGI-DOU (定員6名) ¥1210		
18:30			
19:00			
19:30	※時間が通常と異なります 19:30-20:15 パワーアップ 板橋		
20:00			
20:30			
21:00	アリーナスタジオ 通常定員50名	スクールスタジオ 通常定員24名	

Special lesson information

本来の自分自身へ導き、
開運力 UP へ！

SPORTS CLUB NAS
**開運
YOGA
2026**

2026 年の
エネルギー
チャージ！

開運
ポーズで
運氣力 UP！

最後の
シャバアーサナで
想いや願いを
引き出します

開運 YOGA で自身の力を開花させましょう

16:30-17:30(60分) / 桶屋

オリジナルダンス

シンプルな動きに、一つずつゆっくりダンス要素を
加えて進めていきます。

魅せ方のコツなどポイントも抑えながら、ぜひ一緒に
楽しく踊りましょう♪ご参加お待ちしております☆



special
料金：1,100円
定員：50名

- ◆祝日レッスンのご予約も、レッスン予約システムからの
ご予約となります。
- ◆有料レッスンのご予約はチケットの購入が必要になります。
- ◆イベント有料レッスンのキャンセルは前日までとなります。
※それ以降のキャンセルはチケット消化となり、返金の対象外となります。
予めご了承ください。

本チラシ記載料金は全て税込価格となります。

営業時間

●月～木曜日/10:00～22:30

●土・日・祝日/9:00～21:00

●定休日 金曜日

☎042-350-5400

SPORTS CLUB NAS