

2017年10月期ピュアバランス時間割表

休館日 9/30(土)・10/1(日)～10/4(水) 12/28(木)～2018/1/4(木)

2017/9/30

	9	30	10	30	11	30	12	30	13	30	14	30	15	30	16	30	17	30	18	30	19	30	20	30	21	30	22	30	23			
月 吉山					11:10～14:50 要予約 <パーソナルトレーニング>								レッスン 15:20 ～16:30		レッスン 17:05 ～18:15		レッスン 18:40 ～19:50		レッスン 20:20 ～21:30													
火 石田		09:30～10:30 要予約 <パーソナル>			レッスン 11:10 ～12:20						レッスン 13:45 ～14:55		レッスン 15:20 ～16:30			レッスン 17:05 ～18:15							レッスン 20:20 ～21:30							要相談～22:30 <パーソナル> <マッサージ>		
水 石田		09:30～10:30 要予約 <パーソナル> <マッサージ>			レッスン 11:10 ～12:20						レッスン 13:45 ～14:55		レッスン 15:20 ～16:30			レッスン 17:05 ～18:15							レッスン 20:20 ～21:30							要相談～22:30 <パーソナル> <マッサージ>		
木 石田		09:30～10:30 要予約 <パーソナル> <マッサージ>			レッスン 11:10 ～12:20						レッスン 13:45 ～14:55					レッスン 17:05 ～18:15		レッスン 18:40 ～19:50					レッスン 20:20 ～21:30							要相談～22:30 <パーソナル> <マッサージ>		
金 吉山		09:30～10:30 要予約 <パーソナル> <マッサージ>			レッスン 11:10 ～12:20						レッスン 13:45 ～14:55					レッスン 17:05 ～18:15							レッスン 20:20 ～21:30							要相談～22:30 <パーソナル> <マッサージ>		
土 石田			レッスン 10:00 ～11:10		レッスン 11:40 ～12:50				13:20～14:20 要予約 <パーソナル> <マッサージ>		レッスン 14:50 ～16:00		レッスン 16:30 ～17:40		レッスン 18:05 ～19:15								20:00～21:00 要予約 <パーソナル> <マッサージ>									
日 石田			レッスン 10:00 ～11:10		レッスン 11:40 ～12:50				13:20～14:20 要予約 <パーソナル> <マッサージ>		レッスン 14:50 ～16:00		レッスン 16:30 ～17:40																			

★スポーツマッサージ(要予約)

・15分・25分のスポーツマッサージ(1ヶ月前から予約可) ※当日キャンセルは全額料金頂戴します。

料金	15分 1,620円	25分 2,700円
対象	会員様以外でもご予約可能です。	

★パーソナルトレーニング(要予約)

50分のパーソナルトレーニングです。(1ヶ月前から予約可) ※当日欠席は1回分としてカウントします。

※トレーニング内容はおお客様の目的によって異なります。

※トレーナーとの時間調節がありますので、お早めにご予約ください。

	3回券	6回券
会員料金	16,200円 (5,400円/回)	29,160円 (4,860円/回)
一般料金	19,440円 (6,480円/回)	32,400円 (5,400円/回)

※有効期限は初回より1年です。※本人のみご利用いただけます。

※パーソナルトレーニング お試し1回限定 3,780円です。※当日キャンセルは全額料金頂戴します。

★体組成測定(要予約)

20分	540円/回
-----	--------

★グループ一般コース

70分	グループ通常(週1回)	週2回
	¥7,560/月	¥12,420/月

★グループアスリートコース

85分	アスリート通常(週2回)	週3回
	¥14,040/月	¥19,440/月

・一般コース終了後に15分のトレーニングを行います。

・振替で受講の際に、トレーニング後に体組成測定の前予約が入っている場合は、体組成測定を優先させていただきますので、70分の一般コースとなります。予めご了承ください。

・レッスンカレンダーの8週目はシステム説明を行いますので、一般コースの70分で終了となります。

その分として、每期ごとプラスワンチケットをお渡します。

予めご了承ください。

★チケット

プラスワンチケット(会員様のみ)
1,955円/回