

# 2018年1月期ピュアバランス時間割表

休館日 12/28(木)~2018/1/4(木)・3/16(金)・3/31(土)~4/2(月)

2017/11/21

	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			
<b>月</b> 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													
<b>火</b> 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>		
<b>水</b> 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>		
<b>木</b> 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>		
<b>金</b> 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>		
<b>土</b> 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>									
<b>日</b> 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