

# 行徳千葉フィットネスセンター 有料スタジオレッスン一覧

## 《JAZZ テクニカル》

Rie IR

日時:7月11、25日(土) 19:45~20:45

料金:1,650円(税込)



より詳しく丁寧に、踊りこんでいきましょう。

※当月のJAZZ DANCEで行った内容の調整を行います。最終週は通しで1コーラス分の振り付けを踊りません。

## アスレチックセンター(AC)で実施!!

## 《 HAND STAND トレーニング 》

ILLYA(イリヤ) IR

日時:平日毎週火曜 19:30~21:00

料金:1,571円(税込)

※アスレチックセンターで実施



自重のみの動きで体を整え、連動動作での全身の筋肉、神経、骨などが鍛えられます。美しい体、パフォーマンスの向上に役立ちます。本気で鍛えている皆様どうぞご参加下さい。

\*途中参加、退場可能

## 《 バレエセンター With Aura 》

Aura IR

日時:毎週火曜 16:10~16:40

料金:990円(税込)



センターワークの動きを分解し、通常レッスンでは細かく説明出来ない事を丁寧に説明しながら、反復練習をしていきます。

・略称:FC=行徳フィットネスセンター AC=行徳アスレチックセンター

・有料料金に加え、ビジター様はビジター料金¥3,080(税込)、法人様は各法人利用料、時間外利用&他店利用料が発生するプランのお客様は¥1,100(税込)のお支払いが必要です。

・有料レッスンは1週間前の同時刻から予約可能。必ず事前にお支払い下さい。支払をもって入場整理券を発行します。

・お支払後の返金は出来かねます。

・アスレチックセンターの予約、支払もフィットネスセンターにて可能です。

・営業時間外のお電話はお受けできません。

Instagram



2026(令和8年)

7 July

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
28	29	30	1	2	3	4
5	6 休館日	7 ILLYA(AC) バレエセンター Aura	8	9	10 スキルアップヨガ 加地 史佳	11 Rie JAZZテクニカル
12	13	14 ILLYA(AC) バレエセンター Aura	15	16	17	18
19	20 海の日	21 ILLYA(AC) バレエセンター Aura	22	23	24	25 Rie JAZZテクニカル
26	27	28 ILLYA(AC) バレエセンター Aura	29	30	31	1

# スキルアップヨガ

日時: 毎月第二金曜日15:45~16:15

担当: 加地 史佳

料金: 880円(税込)



ヨガが好きな方、マスターしたい皆様通常レッスンが15:30終了その後クラスの補習のようなイメージです。

いつものレッスンのピークポーズを安定して安全に行えるように通常レッスンではお伝えしにくい細かな事を掘り下げた内容です。

講習会のように時間をかけて解説します。

皆様どうぞご参加くださいませ。

・有料料金に加え、ビジター様はビジター料金¥3,080(税込)、法人様は各法人利用料、時間外利用&他店利用料が発生するプランのお客様は¥1,100(税込)のお支払いが必要です。

・1週間前の同時刻から行徳店の店頭、行徳店のTELにてのみ予約可能です。事前にご予約、お支払い下さい。支払をもって入場整理券を発行します。