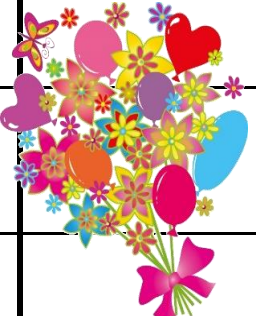


SPECIAL! 魚原 大IR 特別プログラム

5月6日 土曜日

golden week

Hear'V
フィットネスクラブハーブ

	スタジオ Shine	スタジオ 美ナーレ	ジム (クイナックス)	プール
10:00	SPECIAL! ジョイントエアロ 10:15~11:15 魚原 & 篠原 50名★			かんたんアクアビクス 10:30~11:15 近藤 35名
11:00	SPECIAL! Kpopダンス 11:45~12:30 魚原 50名★	リラックスヨガ 11:00~11:45 まゆみ 15名	サーキット初級 11:10~11:30	かんたんアクアビクス 11:30~12:15 近藤 35名
12:00	SPECIAL!			※土曜日の朝に開催しま すアクアビクスは、同一内 容となりますので、連続受 講はできません。
13:00	ポルドブラ 13:00~13:45 魚原 45名★			
14:00	 ラディカルパワー 14:15~15:00 今井 正登 39名★			
15:00		ハンモックヨガ 15:00~15:45 オープン (初中级) KANI☆KANI 7名		
16:00		ハンモックヨガ 16:15~17:00 アドバンス (中上级) MINORI 7名		
17:00				
18:00	 ユーバウンド 18:35~19:20 武藤 35名			
19:00	 グループファイト 19:40~20:25 KANI☆KANI 50名★	ベーシックヨガ 19:30~20:15 森 15名		
20:00		リンバストレッチ 20:35~21:05 森 15名		
21:00			SPECIAL! 予 クラス当日枠 10名	
22:00			SPECIALレッスン以外のレッスンは、通常通りの 予約方法となります。 (同伴ビジターのご予約は1Fフロントにて承ります)	

《レッスンプログラムのご案内》

対象：ハーブ会員及び同伴ビジター（館内利用は会員様と同じエリアでのご利用となります）

SPECIAL!

事前予約が必要となります *ご予約はご本人様分のみでお願い致します（同伴ビジターのご予約は1Fフロントにて承ります）
事前予約・前売り販売期間：3/13(月)～5/3(水) * 3/13(月)PM5:00より受付開始

予

1Fフロントもしくはお電話にて(0568-65-6575)ご予約下さい。営業終了1時間前までの受付となります。

前売り販売期間終了、完売の場合は、当日枠でのご予約となります。* **当日枠は割引はございません 1受講 ¥1,100(税込)**
 期間中に、ご入金をお願い致します。

～前売り販売料金～

1受講：¥1,100(税込) 2受講：¥1,650(税込)

ビジター：1日分の施設利用料 ¥1,650(税込)が必要となります。* **ウェルカムチケット利用不可**

キャンセル料金：前日50%(休館日にキャンセル希望の場合ハーブホームページ「お問い合わせ」メールにてご連絡下さい) 当日：100%

スタジオ入場順は、ご本人様が当日入場整理券番号を引いて頂き決定させて頂きます。

レッスン開始15分前、2階ジムカウンターにて受付致します。

* デイタイム会員様 * 5/6(土)のご利用について

17:00以降のご利用は、スタジオ(シャイン・美ナーレ)、ストレッチマット、更衣室、スパエリアのみの利用となります。

プール及び、マシンのご利用は出来ません。

* ホット会員様 *

SPECIALレッスンは受講料金のみでご参加頂けます。* **参加希望の方は事前予約期間・前売り販売期間にご予約、ご入金をお願い致します。**

プール及び、マシンのご利用は出来ません。(ストレッチマット利用可)

・撮影可。但しSNSなどの掲載は写っている方達に許可得てから掲載をお願い致します。 4月24日(月)よりフロントにて申請登録開始

【スペシャルレッスン内容】

ジョイントエアロ	有酸素系(60分)	魚原IR & 篠原IRによるスペシャルレッスン！ エアロビクスを存分にお楽しみいただけます！
Kpop ダンス	ダンス系(45分)	ダンス要素とエアロビクス要素を取り入れた簡単に楽しく踊れる振付を、Kpopの名曲で踊ります。ダンス好きな方も、Kpop好きな方も、是非ご参加ください！
ポルドブラ	調整系(45分)	立って行うピラティス、手足を大きく使うバランストレーニングです。ヨーロッパで生まれたバレエ要素を取り入れたレッスンを是非お楽しみ下さい！(参加無料)

SPECIAL!

うおはら だい

魚原 大 IR



NAGATA Photo
http://nagata-photo.com

株式会社D-Revolutions代表
 ライトピラティス理事
 BFRトレーナーズ協会理事
 bodycareサロンオーナー

■略歴

- ・2009年インストラクターオブザイヤー
最優秀賞受賞
- ・2010年フランスパリルーキーコンテスト
入賞(日本人初)
- ・2011年ハッピーエアロ総選挙第1位
- ・2012年ジャパンルーキーコンテスト
プロ部門総合優勝
- ・2012年スペインサラゴサコンテスト入賞
- ・2013年ジャパンルーキーコンテスト
プロ部門優勝(史上初)
- ・2014年一般社団法人ALTA設立
- ・2014年株式会社D-Revolutions設立
- ・2015年トータルビューティーサロン
～bodycare～開院"