



好きな時、好きな時間に受講し放題!!

# バーチャル レッスン (月額制)

11/27(月)  
申込開始(入金)

12/1(金)  
教室開始

バーチャルレッスンとは動画を見ながら  
レッスンを受講するプログラムです。

【スケジュール】 ・ピラティス・ヨガ・ストレッチ・サーキットトレーニングなど。  
多種多様なレッスンをご用意!!

立川市泉市民体育館 スタジオ

お知らせ

次の再生予約

14:00 ~ 14:49 (49分30秒)	再生時間 [49:30]
ピラティスVol.1	
15:00 ~ 15:28 (28分28秒)	再生時間 [28:28]
【STAAART提供】全身 ストレッチ	
16:00 ~ 16:32 (32分57秒)	再生時間 [32:57]
燃焼エアロVol.1	
16:45 ~ 17:01 (16分18秒)	再生時間 [16:18]
【STAAART提供】機能 改善トレーニング 藤本	
17:15 ~ 17:46 (31分2秒)	再生時間 [31:02]
【STAAART提供】サー キットトレーニング	

※QRコードよりスケジュールを  
ご確認ください。  
※プログラムが一部変更する  
場合もございますので  
予めご了承ください。

開催日は  
 (月曜日) 15:00~21:20  
 (火曜日) 9:30~12:10  
 16:15~21:45  
 (金曜日) 11:30~13:00  
 16:00~21:35  
 左のスケジュール表は  
 一例です。



## 【お申込み方法】

・新規及び継続契約のお申込みは1階受付で承ります。

月額 **1,500円** (税込み)

【契約期間】1日から同月の末日まで。  
月の途中で1カ月分の料金になります。  
※休館日・年末年始・その他出来ない日も含む。

## 【受付方法・注意事項】

- ・参加する際はトレーニング室スタッフにカードを提示し受付名簿にご記入ください。
- ・祝日はポルダリング開放の為、お休みになります。
- ・対象者: 16歳以上の方(18歳未満の方は保護者の同意が必要になります)
- ・スタッフは常駐しませんので予めご了承ください。
- ・健康上不安のある方は医師の許可を得てからご参加ください。  
ご不明点があれば事前に施設までお問い合わせください。
- ・原則、返金対応は行いません。
- ・スタッフの指示に従わない場合は、退室して頂く場合があります。
- ・貴重品等の紛失、盗難及び事故等については、責任を負えませんので  
ご注意ください。
- ・1レッスンにつき、定員12名程度になります※当日定員になり次第終了します。
- ・レッスン中の途中入室・退室はご遠慮ください。
- ・持ち物:動きやすい服装・室内シューズ・飲み物(蓋つき)・タオル。

〒190-0015 東京都立川市泉町786-11(TEL)042-536-6711

立川市泉市民体育館