

秋

レッスンプログラム

2024年9月～11月

春：3月～5月 夏：6月～8月
秋：9月～11月 冬：12月～2月

Table with columns for days of the week (火, 水, 木, 金, 土, 日) and sub-columns for Studio, Pool, and Tennis. It contains a detailed schedule of fitness classes with times, instructors, and difficulty levels. Includes callouts for age groups (65+) and specific body parts (shoulder, knee, posture).

総合フィットネスクラブ
シティスポーツ四日市
TEL.059-347-0001

※レッスン受講にあたっての注意点※
・祝日営業の日は10：00～18：00のレッスンのみの開催です。
・レッスンへの遅刻及び早退はご遠慮ください。
・スタジオ、プールは当日、テニスは1週間前から予約開始です。事前にご予約の上、レッスンにご参加ください。
・テニスレッスンは同一レベルのクラスのみ参加可能です。
・レッスンは都合により変更・休講・担当変更になる場合があります。