

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。

1回のレッスン時間は15分～60分程
(レッスン時間は内容によって異なります。)

好きな時間に受け放題！

ヨガマット貸出有

スタジオ内に貸出の
ヨガマットがあるため
手軽に来館♪

↓必要なもの↓

動きやすい服装
室内シューズ
蓋つきの飲み物

対象者

・16歳以上の方
・ルールを守り、譲り合
ってご利用いただける
方。

定員

・12名程度

お申込み方法

裏面をご覧ください。

バーチャル レッスン

月額 ¥1,500

立川市泉市民体育館内

場所：スタジオ

実施日：月・火・金

朝から夜まで好きな時間にきて運動ができる！

曜日や時期によってスケジュールが異なります。右のQRコードよりご確認ください

スケジュール (例)

立川市泉市民体育館 スタジオ
お楽しみ

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

多種多様なレッスン

ピラティス
ヨガ
ストレッチ
エアロ
サーキットトレーニング
ボクシングエクササイズ

など



バーチャルレッスン日程表

立川市泉市民体育館

バーチャル レッスン

バーチャルレッスン日程表



お申込み方法

1階総合受付にて新規または継続契約のお申込み・お支払いください。

月額 ¥1,500 (税込)

【契約期間】1日から同月の末日まで。
月の途中でも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

対象者

・16歳以上の方
・下記ルールを守り、譲り合
ってご利用いただける方。

定員

12名程度
(定員になり次第終了)

持ち物

・動きやすい服装
・室内シューズ
・蓋つきの飲み物

- ・契約時に利用登録書のご記入をお願い致します。
- ・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。
- ・スタッフは常駐しませんので予めご了承ください。
- ・レッスン中の途中入室・退室はご遠慮ください。
- ・貴重品等の紛失、盗難及び事故等については、責任を負いかねます。
- ・18歳未満の方は保護者の同意が必要になります。
- ・お客様都合による返金はいたしかねます。
- ・カード使用は本人のみ。家族・友人などの第三者の利用はできません。

動画を見ながら
レッスンを受講する
プログラムです。

1回のレッスン時間は15分～60分程
(レッスン時間は内容によって異なります。)

好きな時間に受け放題！

バーチャル
レッスン
とは？



立川市泉市民体育館

<https://tachikawa-izumi.com/>

〒190-0015

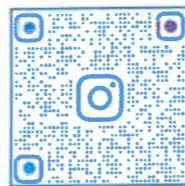
東京都立川市泉町786-11

☎ 042-536-6711



SNS

Instagram



X(旧Twitter)

SNSのフォローもお願いします♪