

スタジオレッスン予定表

7月

レッスン講師

ヨガ 諏訪先生	フラダンス	骨盤体操 中西先生	バランスコーディネーション 山根先生	ボクササイズ・エアロビクス 塩田先生
------------	-------	--------------	-----------------------	-----------------------

日	月	火	水	木	金	土	
「川柳コンテスト」について		レッスン時間割変更のお知らせ			1日	2日	
6月より始めました 「WAM川柳コンテスト」!! 7月のお題は近日公表! また、6月の受賞者発表も 合わせて後日に発表します! お楽しみに!		7月のスタジオレッスンより、 ・骨盤体操:毎週火曜 ⇒ 2週に1回へ ・バランス:水曜12時 ⇒ 金曜12時へ ・ヨガ:金曜12時 ⇒ 水曜12時へ			バランス 12:00~	ボクササイズ 19:00~	
3日 感謝!	4日	5日	6日	7日	8日	9日	
祝 WAMオープン 2周年	休館日	骨盤体操 12:00~ <small>（カイロフラクティック 11:00~15:00）</small>	ヨガ 12:00~ 初心者歓迎 ヨガ 19:30~ ☆☆☆	ヨガ 15:30~ ★ ヨガ 19:00~ ☆☆☆	バランス 12:00~	WAM Studio Works 17:00~	
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	
	フラダンス 12:00~	WAM Studio Works 12:00~	ヨガ 12:00~ 初心者歓迎 ヨガ 19:30~ ☆☆☆	ヨガ 15:30~ ★	バランス 12:00~	エアロビクス 19:00~	
17日	18日 海の日	19日	20日	21日	22日	23日	
	休館日	骨盤体操 12:00~ <small>（カイロフラクティック 11:00~15:00）</small>	ヨガ 12:00~ 初心者歓迎 ヨガ 19:30~ ☆☆☆	ヨガ 15:30~ ★ ヨガ 19:00~ ☆☆☆	バランス 12:00~	WAM Studio Works 17:00~	
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	
	フラダンス 12:00~	WAM Studio Works 12:00~	ヨガ 12:00~ 初心者歓迎 ヨガ 19:30~ ☆☆☆	ヨガ 15:30~ ★ ヨガ 19:00~ ☆☆☆	バランス おやすみ	ボクササイズ 19:00~	
31日	WAM公式LINE お友達登録募集中!!				コーチの独りごと...		
	ワム公式LINEの登録はお済みですか(*^-^*)? キャンペーン情報やレッスン時間の確認など、 皆用いただけると幸いです☆ ぜひお友達登録をお願い致します!			 LINE QRコード		使えば使うほど、 貯金は減るけど、 貯筋は増えるんだよなあ... うつみ ゆうすけ	

< **新型コロナ等により、自宅待機等の会員様へ** >

職場や学校、保育機関等にて自宅待機を命じられた会員様については、命じられた待機期間が終了するまでの間、施設の利用(来館)をお断りさせていただいております。また、上記に対する返金対応等についても、申し訳ありませんがお断りしております。ご理解、ご協力の程、よろしくお願い致します。



ご不明な点ございましたら、事務局までお問合せください。
WAMオールアスリートステーション
☎087-879-1126