

スタジオレッスン予定表



レッスン講師

ヨガ 諏訪先生	フラダンス 今井先生	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	ズンバ ラテン体操 佐藤先生
-------------------	----------------------	---------------------	----------------------------------	---------------------------------	--------------------------

日	月	火	水	木	金	土
フィットネススタッフより				1日	2日	3日
2022年も、コロナ化の中、マスク着用や手指およびマシンのアルコール消毒など、たくさんのご理解とご協力に対し、改めて感謝申し上げます！ 2023年も、どうぞよろしくお願い致します！					ラテン体操 12:15~ ヨガ 19:00~	バランス 11:30~ ボクササイズ 19:00~
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
	休館日	WSW 小川 12:00~ ズンバ 19:00~	ヨガ 12:00~ ♥ 初心者歓迎 ヨガ 19:30~	 モーニングヨガ 10:15~ ヨガ 19:00~	バランス 11:30~	WAM Studio Works 19:00~ <small>細中</small>
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
	フラダンス 12:00~	骨盤体操 10:15~ (カイロプラクティック 10:45~13:00)	ヨガ 12:00~ ♥ 初心者歓迎 ヨガ 19:30~	ラテン体操 12:15~ ヨガ 19:00~	バランス 11:30~	エアロビクス 19:00~
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
	休館日	WSW 小川 12:00~ ズンバ 19:00~	ヨガ 12:00~ ♥ 初心者歓迎 ヨガ 19:30~	 モーニングヨガ 10:15~ ヨガ 19:00~	バランス 11:30~	WAM Studio Works 19:00~ <small>細中</small>
25日 クリスマス	26日	27日	28日	29日	30日	31日
Merry Christmas! 	フラダンス 12:00~	※レッスンなし	※レッスンなし	※レッスンなし < 15:00閉館 >	年末年始休業 (12/30~1/3まで) ※新年1/4より営業開始	

<p>干支は「虎」→「卯」へ</p> <p>感謝</p> 	<p><感謝のことは・・・></p> <p>2022年も、たくさんのご利用、誠にありがとうございました！ たくさんのお客様・ご家族の皆様により励まされ、ワムは今年も無事に年越しを迎えることができそうです。改めて、全ての会員様、そしてご家族の皆様のご理解とご協力に「感謝！！」 2023年も、コロナの終息が見えては遠く日々が続くかと思われまます。それでも！！ 近い将来必ず、マスクが不要な日常を取り戻した時に際し、ワムは会員様の素敵な笑顔と笑い声で溢れる施設でいられるよう、これからも誠心誠意、皆様をサポートさせていただきます！ 幼児も小学生も、お父さんもお母さんも、おじいさんもおばあさんも、ワムは皆さんの笑顔と健康を家族のように身近にサポートさせていただきますね！2023年もどうぞ、よろしくお願いいたします(*^_^*)</p>
---	--

< WAM 川柳コンテスト 月間最優秀作品の紹介 (10月) >

お題：ハロウィン 作者：P・N 厚化粧さん

「おばけだぞ子供泣きだす ノーマイク」

受賞おめでとうございます！とってもユーモアのある一句でスタッフ一同、笑わせていただきました(^o^)!!