

# スタジオレッスン予定表

HAPPY  
NEW YEAR!

1月  
January



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  
松本先生・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

スンバ ラテン体操  
佐藤先生

日	月	火	水	木	金	土		
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日		
年始休業 ※新年1/4より営業開始		うさこ 	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~	ボクササイズ 19:00~		
8日	9日 成人の日	10日	11日	12日	13日	14日		
	フラダンス おやすみ	骨盤体操 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~ ★★	モーニングヨガ 10:15~ ヨガ 19:00~ ★★★★	バランス 11:30~	WAM Studio Works 19:00~ 畠中		
15日	16日	17日	18日	19日	20日  骨	21日		
	休館日	WSW 小川 12:00~ スンバ 19:00~	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~		
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日		
	フラダンス 12:00~	骨盤体操 12:00~ 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~ ★★	モーニングヨガ 10:15~ ヨガ 19:00~ ★★★★	バランス 11:30~	WAM Studio Works 19:00~ 畠中		
29日	30日	31日	大好評!! ストレッチタイム	骨盤体操	Let's Enjoy Hiking♪登山♪			
登山 イベント 	休館日	ストレッチタイム 11:00~ スンバ 19:00~	皆様の体と心を 「内海」が ほぐします! ※詳細別途ご案内	レッスン時間 「12:00~」 ※松本先生復帰!	1月29日(日) みんなで一緒に登山(#^.#)♪ 親子での参加も全然OK!! ※詳細 別途ご案内			
1/20(金) 骨密度		<p>～あけましておめでとうございます～</p> <p>会員様のおかげでWAMIは無事に3度目の年越しとなりました！</p> <p>改めまして、日々、会員様への感謝の気持ちを忘れず、</p> <p>2023年も精一杯のサービスを提供させていただきます！</p> <p>本年もどうぞ、よろしくお願ひいたします！</p>						
<p>2F観覧スペース 10:30~15:00にて 「骨密度無料測定会」 是非ご参加下さい！ (主催:ミルコム南さま)</p> <p></p>		<p></p>						

< WAM 川柳コンテスト 月間最優秀作品の紹介 (12月) >

お題: サッカー 作 者: P・N ソロメさん

「A」に 仕事任せた 審判員」

時事ネタを上手く取り入れた素晴らしい作品ですね！！最優秀作品の受賞、おめでとうございます！



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

