

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	バランス コーディネーション 山根先生	ズンバ・ラテン体操 佐藤先生	エアロビ&ストレッチ 山下先生
------------	---------------	---------------------------	-------------------	--------------------

日	月	火	水	木	金	土
1日 19時閉館	2日	3日	4日	5日	6日	7日
	休館日	WSW(小川) 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~ WSW(畑中) 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
8日 19時閉館	9日 スポーツの日	10日	11日	12日 ☀	13日	14日
	休館日	フラダンス 10:15~ 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~ WSW(畑中) 19:30~	エアロビ(45) 18:00~
15日 19時閉館	16日	17日	18日	19日	20日	21日
	休館日	WSW(小川) 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~ WSW(畑中) 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
22日 19時閉館	23日	24日	25日	26日 ☀	27日	28日
	休館日	フラダンス 10:15~ 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~ WSW(畑中) 19:30~	エアロビ(45) 18:00~
29日 19時閉館	30日	31日	WSW(畑中)毎週金曜19:30~にて実施!			
	休館日	WSW(小川) 13:00~	<p>金曜19:30~「WSW(畑中)」 10月より毎週金曜実施となります! 30分程度の自重トレーニングです! どなたでもお気軽にご参加ください(〇)/</p>			

～ 大好評! フィットネス 1か月体験チケット ～

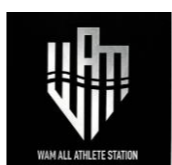
大好評につき、10月以降もフィットネス1か月利用チケットの**継続販売決定!!**
まずは1か月、ワムのトレーナーと一緒に健康な身体をつくりませんか?



- 一般フィットネス: ¥7,500 → **¥5,500**
- シニアフィットネス: ¥5,500 → **¥3,500**
- 親子フィットネス ¥5,000 → **¥3,000**

*詳細は別紙をご確認ください。

フィットネスルーム



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