

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
- WSW (ワム・スタジオ・ワークス) 小川&畑中

日	月	火	水	木	金	土
2023年もたくさんのご利用ありがとうございました！					1日	2日
<p>コロナ禍が終わりを見せ、皆さんの「笑顔」が目にとって感じることができ、今までの「日常」がいかに大切な事だったかを考えさせられる一年となりましたね。来年も「日常」をより良い物にすべく私たちスタッフは皆さまを全力でサポートさせていただきます！年末年始は日々の疲れを癒してくださいね。たくさんのご利用、スタッフ一同お待ちしております。フィットネスリーダー：小川</p>					バランス 11:30~ WSW(畑中) 19:30~	エアロビ&ストレッチ おやすみ
	4日	5日	6日	7日	8日	9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(45) 18:00~
10日 19時閉館	11日	12日	13日	14日	15日	16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&ストレッチ 18:00~
17日 19時閉館	18日	19日	20日	21日	22日	23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(45) 18:00~
24日 19時閉館	25日	26日	27日	28日	29日	30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 19:00~ ☆☆☆	フィットネス 営業時間 14時まで ※レッスンおやすみ	休館日 (年末休暇)
31日	フィットネ1カ月体験チケット！大好評販売中！					
休館日 (年末休暇)		いきなり入会はちょっと…。そんな方、まずは1カ月、ワムのフィットネスルームを体験してみませんか？ < 一般:5,500円、シニア3,500円、親子:3,000円 > ※詳細は別紙をご確認ください。				

< 感謝のことば ... >

2023年も、たくさんのご利用、本当にありがとうございました！
 コロナで制限されていた日常から、ようやく普通の日常に戻ってきたこの1年も、ワムは会員様やそのご家族の素敵な笑顔や温かいお言葉に支えられ、無事に3周年を迎え、4度目の年越しを迎えることが出来そうです！
 2024年も変わらず、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！
 来年もどうぞ、よろしくお願いたします(*_**)

