

# 4月

# スタジオレッスン 予定表



## スタジオレッスン 担当一覧

<b>フラダンス</b>	<b>ズンバ ラテン体操</b>	<b>ヨガ モーニングヨガ</b>	<b>バランス コーディネーション</b>	<b>エアロビ &amp;ストレッチ</b>	<b>ベリーダンス エクササイズ</b>	<b>NEW 社交ダンス エクササイズ</b>
今井 先生	佐藤 先生	諏訪 先生	山根 先生	山下 先生	waka 先生	KIYO 先生

日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	休館日 (施設メンテナンス)	WSW 13:00~	ヨガ(初心者歓迎) 12:00~ ヨガ(★★) 19:30~	ラテン体操 12:15~ ヨガ(★★★) 19:00~	バランス 11:30~ WSW 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
7日	8日	9日	10日	11日 <b>NEW</b>	12日	13日
	休館日 (施設メンテナンス)	フラダンス 11:00~ ズンバ 19:00~	ヨガ(初心者歓迎) おやすみ ヨガ(★★) おやすみ	社交ダンス 12:00~ ヨガ(★★★) 19:00~	バランス 11:30~ ベリーダンス 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
	休館日 (施設メンテナンス)	WSW 13:00~	ヨガ(初心者歓迎) 12:00~ ヨガ(★★) 19:30~	ラテン体操 12:15~ ヨガ(★★★) 19:00~	バランス 11:30~ WSW 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
21日	22日	23日	24日	25日 <b>NEW</b>	26日	27日
	休館日 (施設メンテナンス)	フラダンス 11:00~ ズンバ 19:00~	ヨガ(初心者歓迎) 12:00~ ヨガ(★★) 19:30~	社交ダンス 12:00~ ヨガ(★★★) 19:00~	バランス 11:30~ ベリーダンス 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
28日	29日	30日	~ お得なキャンペーン情報 ~			
	休館日 (施設メンテナンス)	WSW 13:00~	2024年3月1日(金)~ 2024年5月31日(金) 入園・入学・卒園・卒業キャンペーンを実施中!! 詳細は別紙キャンペーン案内をご確認ください。			

< 会員様はスタジオレッスン無料! >

(大人限定)フィット1カ月体験チケット

上記レッスンは、会員様であれば全て無料です!  
非会員様でも1DAY(1,000円)にて参加できます!  
是非ご参加ください(\*^\_^\*)

- ・ 一般 (対象:18歳~64歳) : ¥7,500→¥5,500
  - ・ シニア (対象:65歳以上) : ¥5,500→¥3,500
  - ・ 親子 (対象:WAM親子会員) : ¥5,000→¥3,000
- まずは1か月! フィットネスルームを利用してみませんか?

## 第2、第4木曜のお昼は… NEWレッスン!

### 「社交ダンスエクササイズ」がスタート!



敷居の高そうに見える社交ダンスですが、7ムでは簡単なステップから始めます!  
ダンスが初めての方に向けた、パーティダンスをマスターしていくレッスンです!  
楽しいリズムに乗っていつまでも健康で若々しく! 社交ダンスを始めてみませんか?