


8月 スタジオレッスン 予定表

スタジオレッスン 担当一覧

フラダンス	ズンバ ラテン体操	ヨガ	バランス コーディネーション	エアロビ &ストレッチ	ベリーダンス エクササイズ	社交ダンス エクササイズ	ピラティス
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	森内 先生

日	月	火	水	木	金	土
スタジオレッスン予定について				1日	2日	3日
各種スタジオレッスンを多くの会員様にご利用 ご体験いただけますよう、今後のレッスンでは 時間や曜日を定期的に入替、実施させていただきます！ 8月は、水曜お昼に「ベリーダンス」を実施します！ その他スタジオレッスンも是非ご参加ください(#^.^#)				ラテン体操 12:15~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
				ヨガ(★★★) 19:00~	ピラティス 19:00~	
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
	休館日 (施設メンテナンス)	WSW(小川) 13:00~	バランス 13:00~	社交ダンス 12:00~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	エアロビ&ストレッチ おやすみ
		ヨガ(★★) 19:30~	ヨガ(★★★) 19:00~	ヨガ(★★★) 19:00~	ピラティス 19:00~	
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
	休館日 (施設メンテナンス)	18時閉館	18時閉館	18時閉館	16日	17日
		フラダンス おやすみ	ベリーダンス おやすみ	ラテン体操 おやすみ	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
		お盆の為、スタジオレッスンおやすみ			ピラティス 19:00~	
		ズンバ おやすみ	ヨガ おやすみ	ヨガ おやすみ		
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
	休館日 (施設メンテナンス)	WSW(小川) 13:00~	バランス 13:00~	社交ダンス 12:00~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
		ヨガ(★★) 19:30~	ヨガ(★★★) 19:00~	ヨガ(★★★) 19:00~	ピラティス 19:00~	
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
	休館日 (施設メンテナンス)	フラダンス 11:00~	ベリーダンス 12:00~	ラテン体操 12:15~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
		ズンバ 19:00~	ヨガ(★★) 19:30~	ヨガ(★★★) 19:00~	ピラティス 19:00~	
< 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(*^_^*)				<ul style="list-style-type: none"> 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？		



<お盆期間(13日~15日)は18時閉館>

13日(火) 14日(水) 15日(木)はお盆の為、18時閉館となります！
また、上記期間「スタジオレッスンは全ておやすみ」となります。
ご理解ご協力の程、宜しくお願い致します！

