



# 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<br>ラテン体操 | ヨガ    | バランス<br>コーディネーション | エアロビ<br>&ストレッチ | ベリーダンス<br>エクササイズ | 社交ダンス<br>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  |                        |
|---|-------------------|---|--|----------------------------------|--|--|------------------------|
| ～ 入園・入学キャンペーン ～   |                   |   | < WAM公式LINE ご案内 >  |                                  |  | 1日   |                        |
| 2025年3月1日～2025年5月6日まで実施中！<br>期間中は体験無料！入会金0円！<br>更に各種プレゼントをご用意！<br>お友達ご紹介者には「JCBギフトカード2,000円」を<br>プレゼント！詳細は別紙をご確認ください！ |                   |   | WAM公式LINEでは、お得なキャンペーン情報やレッスン予定の確認。<br>また、HPのご確認など、様々な形で<br>ご利用いただけます！<br>是非、お友達登録をお願い致します！ |                                  |  | <br>LINE QR | エアロビ & ストレッチ<br>18:00～ |
| 2日  | 3日                | 4日  | 5日   | 6日                               | 7日                                     | 8日   |                        |
|   | 休館日<br>(施設メンテナンス) | 社交ダンス<br>12:00～   | バランス<br>13:00～<br>ヨガ<br>19:30～   | ラテン体操<br>12:15～<br>ヨガ<br>19:00～  | ヨガ(初心者歓迎)<br>11:30～<br>ピラティス<br>19:00～ | エアロビ & ストレッチ<br>18:00～   |                        |
| 9日  | 10日               | 11日   | 12日  | 13日                              | 14日                                    | 15日  |                        |
|   | 休館日<br>(施設メンテナンス) | フラダンス<br>11:00～<br>ズンバ<br>19:00～  | ピラティス<br>11:30～<br>ヨガ<br>19:30～  | ベリーダンス<br>おやすみ<br>ヨガ<br>19:00～   | ヨガ(初心者歓迎)<br>11:30～<br>ピラティス<br>おやすみ   | エアロビ & ストレッチ<br>18:00～   |                        |
| 16日   | 17日               | 18日   | 19日  | 20日 19時閉館                        | 21日                                    | 22日  |                        |
|   | 休館日<br>(施設メンテナンス) | 社交ダンス<br>12:00～   | バランス<br>おやすみ<br>ヨガ<br>19:30～   | ラテン体操<br>おやすみ<br>ヨガ<br>おやすみ      | ヨガ(初心者歓迎)<br>11:30～<br>ピラティス<br>19:00～ | エアロビ & ストレッチ<br>18:00～   |                        |
| 23日   | 24日               | 25日   | 26日  | 27日                              | 28日                                    | 29日  |                        |
|   | 休館日<br>(施設メンテナンス) | フラダンス<br>11:00～<br>ズンバ<br>19:00～  | ピラティス<br>おやすみ<br>ヨガ<br>19:30～  | ベリーダンス<br>12:00～<br>ヨガ<br>19:00～ | ヨガ(初心者歓迎)<br>11:30～<br>ピラティス<br>19:00～ | エアロビ & ストレッチ<br>18:00～   |                        |
| 30日   | 31日               | ～ 大好評！フィットネス 1か月体験チケット ～<br>まずは1か月、WAMのトレーナーと一緒に運動を体験してみませんか？<br>一般フィットネス：¥7,500 → <b>¥5,500</b><br>シニアフィットネス：¥5,500 → <b>¥3,500</b><br>親子フィットネス ¥5,000 → <b>¥3,000</b> |  |                                  |  |  |                        |

