

1月 スタジオレッスン 予定表

January

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	ゆるゆる カツワ・太極拳	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	木村先生	KIYO先生	森内先生	

日 (19時閉館)	月 (休館日)	火 (22時閉館)	水 (22時閉館)	木 (22時閉館)	金 (22時閉館)	土 (19時閉館)
	O²ルーム（月5回）がスタート！！					1日
	2026年より「O²ルーム（月5回）」サービスがスタート！！トレーニングに励む自分の身体を、ワムのO²ルームでしっかりとケアしませんか！？月会費「+4,500円」(1回あたり900円)とお得にお利用可能です！ぜひお試しください(^^)/					2日
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
2026年 営業スタート	休館日 (施設メンテナンス)	社交ダンス 12:00~	カツワ・太極拳 11:30~ ヨガ 19:30~	ヨガ 19:30~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	ピラティス 16:00~
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)	フラダンス 11:00~ ズンバ 19:00~	ピラティス 11:30~ ヨガ 19:30~	ラテン体操 12:15~ ヨガ 19:30~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~ ピラティス 19:00~	ズンバ:ゴールド (初心者歓迎) 16:00~
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)	社交ダンス 12:00~	カツワ・太極拳 11:30~ ヨガ 19:30~	ヨガ 19:30~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	ピラティス 16:00~
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~ ズンバ 19:00~	ヨガ 19:30~	ラテン体操 12:15~ ヨガ 19:30~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~ ピラティス 19:00~	ズンバ:ゴールド (初心者歓迎) 16:00~

2026年1月より「会員区分・利用内容」が変わります！

2026年1月より、ワムの会員区分・利用内容が変更となります。
詳細は、HPや館内にて配布しております。

「会員区分」および「利用内容」改定について をご確認ください。
本改訂について、ご不明な点等ございましたら、事務局までお問い合わせください。
※なお、本改訂による会費等の値上げはございません。

