



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 今井先生	ズンバ ラテン体操 佐藤先生	ヨガ 諏訪先生	ゆるゆる カフェ太極拳 木村先生	社交ダンス エクササイズ KIYO先生	ピラティス 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)
 WAM紹介ムービー 「ワムでカワル」	O ² ルーム(月5回)がスタート!!			1日	2日	3日
	2026年より「O ² 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O ² 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)とお得にご利用可能です! ぜひお試しください(^)/			年末年始休暇 12月29日(月)~1月3日(土)		
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~	カフェ太極拳 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~	カフェ太極拳 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。

