



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	ゆるゆる カツー太極拳	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)
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
	休館日 (施設メンテナンス)	社交ダンス 12:00~	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~
8日	9日	10日	11日 19時閉館	12日	13日	14日
	休館日 (施設メンテナンス)	フラダンス 11:00~ ズンバ 19:00~	レッスン おやすみ	ヨガ 19:30~	ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	ピラティス 16:00~
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
	休館日 (施設メンテナンス)	社交ダンス 12:00~	カツー太極拳 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~
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
	休館日 (施設メンテナンス)	フラダンス 11:00~ ズンバ 19:00~	カツー太極拳 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~

今年のキャンペーンはいつもと違う！ 一般・シニアの方も大歓迎！

夏バテしない、しっかり動ける準備をワムではじめましょう！

入園・入学キャンペーン！

キャンペーン期間：2026年3月1日（日）～2026年5月10日（日）

※詳細は2月初旬にHP又は館内にて配布スタート！



WAM紹介ムービー
「ワムでカワル」

2026年1月より「会員区分・利用内容」が変わりました！

2026年1月より、ワムの会員区分・利用内容が変更となっております。

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。

