

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 カフ太極拳	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 休館日 (施設メンテナンス)	3日 社交ダンス 12:00~	4日 カフ太極拳 11:30~ ヨガ 19:30~	5日 ラテン体操 12:15~ ヨガ 19:30~	6日 ヨガ(初心者歓迎) 11:30~ ピラティス 19:00~	7日 ズンバ:ゴールド (初心者歓迎) 16:00~
8日	9日 休館日 (施設メンテナンス)	10日 フラダンス 11:00~ ズンバ 19:00~	11日 カフ太極拳 11:30~ ヨガ 19:30~	12日 ヨガ 19:30~	13日 ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	14日 ピラティス 16:00~
15日	16日 休館日 (施設メンテナンス)	17日 社交ダンス 12:00~	18日 ヨガ 19:30~	19日 ラテン体操 12:15~ ヨガ 19:30~	20日 レッスン おやすみ	21日 ズンバ:ゴールド (初心者歓迎) 16:00~
22日	23日 休館日 (施設メンテナンス)	24日 フラダンス 11:00~ ズンバ 19:00~	25日 カフ太極拳 11:30~ ヨガ 19:30~	26日 ヨガ 19:30~	27日 ヨガ(初心者歓迎) 11:30~	28日 ピラティス 16:00~
29日	30日 休館日 (施設メンテナンス)	31日 社交ダンス 12:00~	今年初開催! 3/29 家族プールDAY			  WAM紹介ムービー 「ワムでカワル」
家族 プールDAY レッスンおやすみ			3月29日(日)今年初、家族プールDAYを開催! 当日は家族や兄弟のみなさんで ワムのプールをご利用してませんか? 詳細は後日、別紙にてご案内 ※当日レッスンはすべて「おやすみ」			

(大人向) 入園・入学キャンペーン開催!

この春から、健康な体づくりをはじめよう!!

< 先着20名様限定! 1カ月無料体験 >

- ・一般(プール&フィットネス) ※18歳以上64歳未満の方が対象
- ・シニア(プール&フィットネス) ※65歳以上の方が対象

詳細はHPまたは館内にて配布のチラシをご確認ください!