



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 モーニングヨガ	バランス コーディネーション	エアロビ &ストレッチ	ベリーダンス エクササイズ	社交ダンス エクササイズ
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

日	月	火	水	木	金	土
< お知らせ >			1日	2日	3日 19時閉館	4日 19時閉館
2日(木)・3日(金)・4日(土)は スタジオレッスンおやすみです。 ※3日4日は祝日の為「19時閉館」			ヨガ(初心者歓迎) 12:00~ ヨガ(★★) 19:30~	ラテン体操 おやすみ ヨガ おやすみ	バランス おやすみ WSW おやすみ	エアロビ&ストレッチ おやすみ
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11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(初心者歓迎) 12:00~ ヨガ(★★) 19:30~	社交ダンス 12:00~ ヨガ(★★★) 19:00~	バランス 11:30~ ベリーダンス 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
	休館日 (施設メンテナンス)	WSW 13:00~	ヨガ(初心者歓迎) 12:00~ ヨガ(★★) 19:30~	ラテン体操 12:15~ ヨガ(★★★) 19:00~	バランス 11:30~ WSW 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25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(初心者歓迎) 12:00~ ヨガ(★★) 19:30~	社交ダンス 12:00~ ヨガ(★★★) 19:00~	バランス 11:30~ ベリーダンス 19:30~	エアロビ&ストレッチ 18:00~
26日	27日	28日	29日	30日	31日	
	休館日 (施設メンテナンス)	WSW 13:00~	ヨガ(初心者歓迎) 12:00~ ヨガ(★★) 19:30~	ラテン体操 12:15~ ヨガ(★★★) 19:00~	バランス おやすみ WSW 19:30~	

< 会員様はスタジオレッスン無料! >

(大人限定)フィット1カ月体験チケット

上記レッスンは、会員様であれば全て無料です!
非会員様でも1DAY(1,000円)にて参加できます!
是非ご参加ください(*^_^*)

- ・ 一般 (対象:18歳~64歳) : ¥7,500→¥5,500
 - ・ シニア (対象:65歳以上) : ¥5,500→¥3,500
 - ・ 親子 (対象:WAM親子会員) : ¥5,000→¥3,000
- まずは1か月!フィットネスルームを利用してみませんか?

5月3日(金)&5月4日(土)の2日間...

「フィットネス無料体験DAY」開催!



今年初めてのフィットネス無料体験DAY!今回は2日間連続での開催となります。
また、無料体験に来られた皆様へ「WAM特製クリアボトル」をプレゼントします!
ぜひ、お友達をお誘いの上、ご来館ください!(詳細は別紙参照)