

◆12・1月開催 西楽園イベント教室のご案内◆

12月	★事前申込みクラス★ 12/1(日)より申込み受付開始。先着順。定員になり次第締切り。							
	教室名	日程	曜日	時間	定員	料金	開催場所	備考
	朝力キラ (90分)	12/15・22	日	11:00~12:30	20名	1回 400円	会議室1・2	90分¥400になります
	昼力キラ (90分)	12/20・27	金	14:00~15:30	20名	1回 400円	会議室2・3	90分¥400になります
	クリスマスアクア	12/17	火	11:00~12:00	30名	1回 300円	プール	限定イベントクラス
☆当日申込みクラス☆ 開催日の開館(9時)より先着順。定員になり次第締切り。								
教室名	日程	曜日	時間	定員	料金	開催場所	備考	
簡化24式太極拳	12/14・21	土	15:30~16:30	20名	1回 300円	会議室2・3	太極拳追加クラス	

1月	★事前申込みクラス★ 12/15(日)より申込み受付開始。先着順。定員になり次第締切り。							
	教室名	日程	曜日	時間	定員	料金	開催場所	備考
	ストレッチ&かんたんエアロ	1/12	日	11:00~12:00	20名	1回 300円	会議室1・2	限定イベントクラス
	グランドアイチ	1/26	日	11:00~12:00	25名	1回 300円	会議室1・2	限定イベントクラス
	☆当日申込みクラス☆ 開催日の開館(9時)より先着順。定員になり次第締切り。							
	教室名	日程	曜日	時間	定員	料金	開催場所	備考
	ゆらぎのヨガ(60分)	1/9・16・23・30	木	13:30~14:30	20名	1回 300円	会議室1・2	開始時間変更あり
	ヨガストレッチ(45分)	1/9・16・23・30	木	14:45~15:30	20名	1回 300円	会議室1・2	追加クラス(45分)
	カキラ (60分)	1/10・17・24・31	金	12:30~13:30	20名	1回 300円	会議室2・3	入室は15分前より可
	ヨガとバランスアップ(90分)	1/10・17・24・31	金	14:00~15:30	20名	1回 300円	会議室2・3	入室は15分前より可
簡化24式太極拳	1/11・18・25	土	15:30~16:30	20名	1回 300円	会議室2・3	太極拳追加クラス	




備考

- ・教室前または終了後60分以上の施設のご利用は別途入館料が必要です。
- ・お電話での申込みは不可。他の方の代理手続きはご遠慮ください。
- ・運動のできる服装でご参加ください。飲み物・タオルをご用意ください。
- ・教室参加料金は当日お支払いください。教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。

年末年始休館日
12月29日~1月3日



☆2020年 1~3月 西楽園当日申込み教室一覧☆

	火	水	木	金	土	日
フ ロ ア		かんたんエアロ 11:00~12:00 《開催日》 1/8・15・22・29 2/5・15・19・26 3/4・11・18・25 会議室2 定員15名	クイック&スロー 11:00~12:00 《開催日》 1/16・23 2/6・13・20・27 3/5・12・19・26 会議室3 定員15名	からだ整えバレエ 11:00~12:00 《開催日》 1/10・17・24・31 2/7・14・21・28 3/6・13・20・27 会議室3 定員15名		★ストレッチ& かんたんエアロ 11:00~12:00 《開催日》 1/12 ※事前申込み教室 会議室1・2 定員20名
		2月は 14時~15時で 開催致します！	ゆらぎのヨガ 14:00~15:00 《開催日》 2/6・13・20・27 3/5・12・19・26 会議室1・2 定員20名	「カキラ」 「ヨガとバランス アップ」は 開始15 分前より お部屋に ご案内致します。	簡化24式太極拳 15:30~16:30 《開催日》 1/11・18・25 会議室2・3 定員20名	★グランドアイチ 11:00~12:00 《開催日》 1/26 ※事前申込み教室 会議室1・2 定員25名
	フロア教室 	1月のみ教室 時間変更して います。	ゆらぎのヨガ 13:30~14:30 《開催日》 1/9・16・23・30 会議室1・2 定員20名	カキラ 12:30~13:30 《開催日》 1/10・17・24・31 会議室2・3 定員20名		★「ストレッチ&かんたんエアロ」 ★「グランドアイチ」は事前申込みクラスで す。12/15(日)より受付開始します。 お支払いは教室当日になります。 
	プール教室 水着・スイムキャップ の着用をお願いします。 	ナイトヨガ 13:30~14:30 《開催日》 1/8・22 2/12・26 3/11・25 会議室1・2・3 定員25名	ストレッチヨガ 14:45~15:30 《開催日》 1/9・16・23・30 会議室1・2 定員20名	ヨガとバランスアップ 14:00~15:30 《開催日》 1/10・17・24・31 会議室2・3 定員20名		フロア・プール教室参加料金 1回 300円 ※教室前または終了後60分以上施設をご利用 の方は別途入館料がかかります。
	初級クロール教室 13:00~14:00 《開催日》 1/7・21・28 2/4・18 3/3・10・17・24・31 プール 定員25名	やさしい 水中エクササイズ 17:30~18:30 《開催日》 1/8・15・22・29 2/5・19・26 3/4・11・18・25 プール 定員20名	初級アクアウォーキング 11:00~12:00 《開催日》 1/9・16・23・30 2/6・20・27 3/5・12・19・26 プール 定員30名	中級アクアウォーキング 11:00~12:00 《開催日》 1/10・17・24・31 2/7・28 3/6・27 プール 定員30名		

室内履きシューズ
お持ちください。

2月は
14時~15時で
開催致します！

1月のみ教室
時間変更して
います。



フ
ロ
ア

プ
ール