

1月月間予定表 フロアスタジオ教室版

日	月	火	水	木	金	土
						1 休館日
2	3 短縮営業	4	5 キッズ	6 チア	7 キッズ	8
休館日	9:00~17:00 短縮営業		★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス ★16:00~16:30 ザ・サーキット	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳	★11:15~12:15 ハワイアンダンス ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス	
9	10	11 休館日	12 キッズ	13 チア	14 キッズ	15
	★9:30~10:15 ストレッチヨガ① ★10:30~11:15 ストレッチヨガ② ★11:30~12:15 かんたんエアロ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	休館日	★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)	★11:00~12:00 太極拳	★10:00~11:00 ズンバゴールド ★11:15~12:15 ハワイアンダンス ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス	
16	17	18	19 キッズ	20 チア	21 キッズ	22
	★9:30~10:15 ストレッチヨガ① ★10:30~11:15 ストレッチヨガ② ★11:30~12:15 かんたんエアロ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ		★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス ★16:00~16:30 ザ・サーキット	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳	★10:00~11:00 ズンバゴールド ★11:15~12:15 ハワイアンダンス ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス	
23 30	24 31	25 休館日	26 キッズ	27 チア	28 キッズ	29
	★9:30~10:15 ストレッチヨガ① ★10:30~11:15 ストレッチヨガ② ★11:30~12:15 かんたんエアロ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	休館日	★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)	★11:00~12:00 太極拳	★10:00~11:00 ズンバゴールド ★11:15~12:15 ハワイアンダンス ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス	

※事前にご自宅で検温を済ませてからご来館下さい。
 ※各有料教室(詳細は裏面をご参照ください)は、予約制となります。
 (窓口もしくはお電話にてご予約をお願い致します。)
 ※教室開始時間より10分を過ぎますと、安全面を考慮して入場をお断り致します。
 ※教室の前後に施設を使用する場合には、別途施設使用料が必要となりますので
 予めご了承ください。
 ※担当講師の都合により急遽休講となる場合がございます。
 ※トレーニングルーム初回講習会は1週間前から前日までの予約制です。
 開催時間 ①11:00~11:30 ②16:00~16:30 ③18:30~19:00 (各時間 定員2名)
 ※第2、4火曜日は休館日(祝日の場合には営業、翌平日が休館日)となります。
 その他、臨時休館となる場合には事前にお知らせ致します。
 ※フロア教室は、トレーニングルーム初回者講習会を受けていなくても参加できます。
 ※年末年始営業に伴い、1/1,2は休館、1/3は短縮営業(9:00~17:00)とさせていただきます。

MENU!

・インボディー測定会
17日(月)~23日(日)