

2月月間予定表 フロアスタジオ教室版

日		月		火		水		木		金		土	
				1		2	キッズ	3	チア	4	キッズ	5	
						★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			
6		7		8		9	キッズ	10	チア	11	キッズ	12	
		★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		★11:15～12:15 ハワイアンダンス ★14:00～15:00 ピラティス			
13		14		15		16	キッズ	17	チア	18	キッズ	19	
		★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			
20		21		22		23		24	チア	25	キッズ	26	
		★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			
27		28		 									
		★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											

※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。

MENU!

・インボディー測定会
14日(月)～20日(日)