

# 3月月間予定表 フロア教室版

				水		木		金		土			
				1	キッズ ダンス	2	チア	3	キッズ ダンス	4			
				★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス	★11:00~12:00 太極拳	★10:00~10:45 POP PILATES ★12:30~13:30 太極舞							
5		6		7		8	キッズ ダンス	9	チア	10	キッズ ダンス	11	
		★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)			★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳	★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス						
12		13		14		15	キッズ ダンス	16	チア	17	キッズ ダンス	18	
		★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)	休館日		★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳	★10:00~10:45 POP PILATES ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス						
19		20		21		22	キッズ ダンス	23	チア	24	キッズ ダンス	25	
さくらマラソン 開催のため  営業開始 13:00~		★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)			★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス	★11:00~12:00 太極拳	★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス						
26		27		28		29	キッズ ダンス	30	チア	31	キッズ ダンス		
		★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料)	休館日		★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス	★11:00~12:00 太極拳	★10:00~10:45 POP PILATES ★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。  
 ※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。  
 ※教室のご予約をされている方は、教室の前後30分間トレーニングルームの利用ができます。  
 ※トレーニングルームの利用は初回講習の受講が必要です。  
 ※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 ①10:00~ ②13:00~ ③16:00~ ④19:00~ (各時間 定員3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  
20日(月)~26日(日)