

# 4月月間予定表 フロア教室版

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 ボディケア ★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 スンバ ★11:00~12:00 太極拳	★10:00~10:45 POP PILATES ★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】 ★14:00~15:00 ピラティス	
9	10	11	12	13	14	15
	★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 ボディケア ★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 ★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】 ★14:00~15:00 ピラティス	
16	17	18	19	20	21	22
	★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 ボディケア ★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 スンバ ★11:00~12:00 太極拳	★10:00~10:45 POP PILATES ★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】	
23/30	24	25	26	27	28	22
	★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 ボディケア ★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 ★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】 ★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、事前予約も承ります。  
 ※窓口もしくはお電話にてお申し込みください。  
 ※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  
17日(月)~23日(日)