

5月月間予定表 フロア教室版

日	月	火	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		★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳		★14:00~15:00 ピラティス						
5		6	キック ボクシング	7		8	キッズ ダンス	9	チア	10	キッズ ダンス	11	
		★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 キックボクシング				★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 ★11:00~12:00 ボクシング フィットネス ★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】 ★14:00~15:00 ピラティス			
12		13	キック ボクシング	14		15	キッズ ダンス	16	チア	17	キッズ ダンス	18	
		★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 かんたんヨガ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 キックボクシング		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		★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】 ★14:00~15:00 ピラティス			
19		20	キック ボクシング	21		22	キッズ ダンス	23	チア	24	キッズ ダンス	25	
		★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 かんたんヨガ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 キックボクシング				★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 ★11:00~12:00 ボクシング フィットネス ★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】 ★14:00~15:00 ピラティス			
26		27	キック ボクシング	28		29	キッズ ダンス	30	チア	31	キッズ ダンス		
		★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 かんたんヨガ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 キックボクシング		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		★11:00~12:00 ボクシング フィットネス			

※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
20日(月)~26日(日)