

12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 | |
| 設備工事のため休館 | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 |
| 設備工事のため休館 | | | | | | | | | | | | |
| 14 | | 15 | | 16 | | 17 | キッズダンス | 18 | | 19 | キッズダンス | 20 |
| 設備工事のため休館 | | | | | | ★9:30～10:30 ピラティス ★11:00～12:00 タヒチアダンス | | ★11:15～12:15 太極拳 ★19:00～20:00 ナイトピラティス | | ★10:00～10:45 エンジョイピラティス ★11:00～12:00 ボクシングフィットネス ★12:30～13:30 太極舞 ★14:00～15:00 ピラティス | | ★9:30～10:30 ローラーピラティス |
| 21 | | 22 | キックボクシング | 23 | | 24 | キッズダンス | 25 | | 26 | キッズダンス | 27 |
| | | ★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 ★18:00～18:45 キックボクシング ビギナークラス ★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 タヒチアダンス | | ★10:00～10:45 ズンバ ★11:15～12:15 太極拳 ★19:00～20:00 ナイトピラティス | | ★11:00～12:00 ボクシングフィットネス ★12:30～13:30 太極舞 ★14:00～15:00 ピラティス | | ★9:30～10:30 ローラーピラティス |
| 28 | | 29 | 短縮営業 | 30 | 短縮営業 | 31 | 短縮営業 |  | | | | |
| | | 営業時間 9:00～17:00 | | 営業時間 9:00～17:00 | | 営業時間 9:00～17:00 | | | | | | |
| <p>※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) ※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。</p> | | | | | | | | | | <p>教室のご予約はこちら</p>  <p>ご不明点はスタッフまで お声がけください。</p> | | |