

2024年11月 レッスンスケジュール【与野店】

無料 初心者向け
レッスン

550円(税込)
レッスン

★ 550円(税込)
イベントレッスン

1,100円(税込)
レッスン

1,650円(税込)
レッスン

フロント受付
有料レッスン

月曜日 ★全レッスン予約制★					火曜日 ★全レッスン予約制★					水曜日 ★全レッスン予約制★				
スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	アリーナ	アソシエーション	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	アリーナ	アソシエーション	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	アリーナ	アソシエーション
※プールとアリーナの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。					※プールとアリーナの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。					※プールとアリーナの無料レッスンはご予約無しでご参加いただけます。				
	※右下参照		気功法 劉嘉 9:30~10:30	初級4泳法 中上級4泳法 【週替わり】 11:00~ 11:45										のびのびデイ 鈴木文子 9:40~10:10
10:00														
	※右記参照		陳式太極拳 精要十八式 (中級) 劉嘉 10:40~11:40	11/5(火) 平泳ぎ										
11:00														
			卓球 12:00~13:15	11/11(月) 平泳ぎ										
12:00														
13:00														
14:00														
15:00														
16:00														
17:00														
18:00														
19:00														
20:00														
21:00														
22:00														

休講情報
11/11(月)
11:10~ バンドトレーニング
11:50~ みんなで筋トレ
齋藤圭輔

休講情報
11/19(火) 11/26(火)
19:45~ K-POP オリジナルダンス
Kumi

休講情報
11/20(水)
19:15~ J-POP オリジナルダンス
20:10~ K-POP カバーアレンジダンス
Kumi

【ペア割レッスン】
対象のレッスンに2本まとめて550円で
ご参加いただけます！
※1レッスン参加の場合は550円となります。
※クーポンのご予約は2本まとめて

毎週月曜日
10:00~
11:00
11/11(月)
オリジナルヨガ
11/18(月)
リラクゼーションヨガ
※ご参加の際は
大きいバスケットを
ご持参ください。
11/25(月)
骨盤ヨガ

レンタルタイム
【要事前予約】
15:20~16:50

レンタルタイム
【要事前予約】
17:00~18:30

レンタルタイム
【要事前予約】
19:30~21:00

