

2025年1月レッスンスケジュール【12/21改訂版】日曜日(5日)レッスン追加

【旗の台店】

	月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			土曜日			日曜日	
9:00	スイミング	フィットネス	ウェルネス	スイミング	フィットネス	ウェルネス	スイミング	フィットネス	ウェルネス	スイミング	フィットネス	ウェルネス	スイミング	フィットネス	ウェルネス	1月開催日 11日 25日	9:00
10:00		ヨガ ひきしめ 竹田隆将 9:30~10:00														担当: 高橋志帆	10:00
		MCストレッチ 竹田隆将														4日, 18日 伊豆野が	
11:00	パーソナル 侯野映子 10:30~11:00															担当: 宇野真奈 11:30~13:00 料金: 1,100円	11:00
		ヨガ 飯室佐千代 10:30~11:30															
		ヨガ 糠山哲太 10:45~11:45															
12:00																	5日, 12日 【ダンス基礎】
																	19日, 26日 【オリジナルダンス】 (練習した基礎を意識して行う振り付け)
13:00																	
14:00																	
15:00																	
16:00																	
17:00																	
18:00																	
19:00																	
20:00																	
21:00																	
22:00																	
23:00																	

◎は初心者・体力に自信がない方向けのレッスンです。
 ピンクは550円(税込)本枠は1,100円(税込)の※都度払いレッスンです。
 ■はフロント領収のみレッスンとなります。
 ※WEB予約決済システムでご予約及びお支払いいただけます。
 ※ご予約後25日が経過したものは、キャンセル及びご返金はいたしかねます。予めご了承ください。
 ※レッスン内容や担当者は都合により休講になる場合がございます。
 ※当日予約枠に空きがある場合はレッスンチケットにてご参加いただけます。
 ※土曜・日曜の最終スタジオレッスン終了後は、各種養成コースの為、スタジオがご利用いただけません場合がございます。
 ※定員について
 ・フィットネススタジオ：35名
 ・ウェルネススタジオ：28名
 ・ステップ台を使用するプログラムの定員：21名
 ・ユバウンド：13名

ご不明な点がございましたらお問合せください。旗の台店 電話 03-5702-4848