

3月

~マスタ-会員向け3月プレゼントレッスン&JOYBEAT~



4日	日曜	エアロビクス	13:00~13:45/45分	Aスタジオ	大友
		MBP(先着19名)	14:00~14:45/45分		大江
11日	日曜	ZUMBA	13:00~13:45/45分	Aスタジオ	阿部(佳)
		タオルストレッチ	14:00~14:45/45分		
18日	日曜	ゆったりヨガ	13:00~13:45/45分	Aスタジオ	吉田
		アクアビクス	14:00~14:45/45分	競泳プール	阿部(雄)

25日	日曜	ステップ(先着 35名) ※整理券が必要です。 開始 20 分前に <u>受付にて券を配布</u> します。 スタジオ開放は 10 分前です。	13:00~13:45/45分	Aスタジオ	阿部(佳)
		背骨のストレッチ(先着 17名)	14:00~14:45/45分		権代
30日	金曜	JOY☆リズム plus(JOYBEAT)	13:00~13:45/45分	Aスタジオ	権代
31日	土曜	エアロビクス	13:00~13:45/45分	Aスタジオ	阿部(佳)
		タオルストレッチ	14:00~14:45/45分		

★JOY☆リズム plus (映像プログラム JOYBEAT) …ヒット曲に合わせて体を動かすダンス・テイストプログラムです

注)担当者やスクール種目に変更になる場合もあります。変更の場合、館内告知などでお知らせ致します
 プレゼントレッスンは一般の方も受講できます 45分レッスン 810円(税込) 60分レッスン 1080円(税込) 別途利用料

2月23日現在の情報です

※情報が更新されることがあります