バラエティレッスン H28. 2月

火曜日

20:10～		
2日	ヨ ガ45	佐橋
9日	かんたんHIPHOP	西田
16日	ヨ ガ45	佐橋
23日	かんたんHIPHOP	西田

日曜日

11:00～		
7日	ヨ ガ	山口
14日	バレトン	桑原
21日	HIPHOP	西田
28日	ﾋﾞｭｰﾃｨｰﾍﾞﾘｰｴｸｻｻｲｽﾞ	古田

日曜日

14:00～		
7日	ﾀﾞｲｴｯﾄｳｫｰｷﾝｸﾞ	山田
14日	ズンバ	マリオ
21日	脂肪燃焼エアロ	佐橋
28日	ヴィンヤサヨガ	太田

▨ はプールレッスンとなります（45分）

★今月の変更★

曜日	時間	担当	変更箇所
変更はありません			

スイムレッスン

【登録制スイム】複数受講可能（有料） 60分 4ケ月更新

登録代	レッスン名	曜日	時間	担当	対象者	定員
各ｺｰｽ 2000円 （税別） 全15回	レベルアップスイム（中級）	火	13:00～	安藤	ｸﾛｰﾙ・背泳ぎ25M以上泳げる方	各ｺｰｽ15名
		火	19:30～	山田		
		金	10:00～	安藤		
	アドバンススイム（上級）	火	10:00～	山田	4泳法泳げる方	
		水	19:30～			
		金	13:00～			
4000円 （税別） 全15回	セミプライベートスイム	土	10:00～	山田	水泳初心者	5名

【予約制スイム】1人1レッスンのみ（無料） 45分 4ケ月更新

登録代	レッスン名	曜日	時間	担当	対象	定員
無料	のんびりスイム	木	10:00～	山田	肩・膝・腰痛を抱えている方	各ｺｰｽ10名
	初級スイム	水	10:00～	渡辺	水泳初心者水が怖い方	
		水	13:00～			
		金	19:30～			

⇒中級・上級者の登録はご遠慮ください
⇒祝日はレッスン休講

【当日先着順スイム】（無料）※当日受付、10枚の札がなくなり次第受付終了

	レッスン名	曜日	時間	担当	対象者	定員
無料	初めてスイム	火	14:45～	柳生	水泳初心者	各ｺｰｽ10名
		木	20:00～			

⇒火曜日祝日の場合はレッスン有

★その他詳細は、フロントまたはスタッフまでお尋ねください★