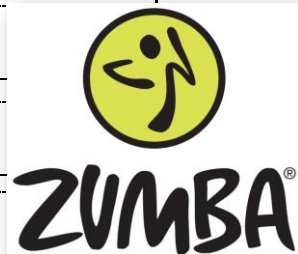


# 6月 1DAYレッスンスケジュール

日	月	火	水	木 1	金 2	土 3
				12:15~13:00 ZUMBA 【担当】藤田	13:30~14:15 Group Fight 45 【担当】HIDE 18:50~19:50★ ラテンエクササイズ 【担当】LUCA 20:00~21:00★ HOUSE DANCE 【担当】akko	12:15~13:00 Group Fight 45 【担当】HISAE 18:45~19:45 ★ ピラティス 【担当】小林 20:00~21:00 ★ バレトン 【担当】小林
4	5	6 16:15~17:15★ キッズダンス 【担当】MWM 酒井 19:45~20:45 ☆ 大人のための シェイプアップバレエ 【担当】ティアンヌ	7 9:45~10:45☆ ストレッチバレエで 介護予防 【担当】ティアンヌ 19:00~19:45 ピラティストレーニング 【担当】恵子	8 12:15~13:00 ZUMBA 【担当】藤田	9 13:30~14:15 Group Fight 45 【担当】MEGU 18:50~19:50★ ラテンエクササイズ 【担当】LUCA 20:00~21:00★ HOUSE DANCE 【担当】akko	10 12:15~13:00 Group Fight 45 【担当】HISAE 18:45~19:45 ★ ピラティス 【担当】小林 20:00~21:00 ★ バレトン 【担当】小林
11	12	13 16:15~17:15★ キッズダンス 【担当】MWM 酒井 19:45~20:45 ☆ 大人のための シェイプアップバレエ 【担当】ティアンヌ	14 休館日	15 12:15~13:00 ZUMBA 【担当】藤田	16 13:30~14:15 Group Fight 45 【担当】HIDE 18:50~19:50★ ラテンエクササイズ 【担当】LUCA 20:00~21:00★ HOUSE DANCE 【担当】akko	17 12:15~13:00 Group Fight 45 【担当】HISAE 18:45~19:45 ★ ピラティス 【担当】小林 20:00~21:00 ★ バレトン 【担当】小林
18	19	20 16:15~17:15 ★ キッズダンス 【担当】MWM 酒井 19:45~20:45 ☆ 大人のための シェイプアップバレエ 【担当】ティアンヌ	21 9:45~10:45☆ ストレッチバレエで 介護予防 【担当】ティアンヌ 19:00~19:45 ピラティストレーニング 【担当】恵子	22 12:15~13:00 ZUMBA 【担当】藤田	23 13:30~14:15 Group Fight 45 【担当】MEGU	24 12:15~13:00 Group Fight 45 【担当】HIDE
25	26	27 19:45~20:45 ☆ 大人のための シェイプアップバレエ 【担当】ティアンヌ	28 9:45~10:45☆ ストレッチバレエで 介護予防 【担当】ティアンヌ 19:00~19:45 ピラティストレーニング 【担当】恵子	29 12:15~13:00 ZUMBA 【担当】藤田	30	…アクティブ系レッスン …調整・リラックス系レッスン …キッズレッスン (4歳~未就学児)



●3Fフィットネススタジオにて実施致します。

動きやすい服装・室内シューズ/バレエシューズ・飲み物・タオル等をご用意ください。

●各レッスンの定員は35名です。

なお、バレエレッスン・キッズレッスンの定員は20名です。

開催日の前日より、1F総合受付にてお申込み頂けます。

●参加料は45分のレッスンが¥500/回、

60分のレッスン(★印)のレッスンは¥720/回、

60分のレッスン(☆印)のレッスンは¥1,000/回です。