

成人対象
6月&7月
特別企画

定期教室の単発受講!!

皆様からのお声にお応えし下記クラスにて単発受講の受け入れが可能となりました。梅雨時の運動不足&ストレス解消、気になるクラスのお試し・・・皆様の参加をお待ちしております!! (先着受付)

営業時間	月	火	水	木	金
	筋力アップで けが予防 ① 筋トレウォーキング 10:45~11:30 本間【先着】 10名 ② アクアビクス 11:45~12:30 本間【先着】 10名 ⑦ 中上級/上級 18:40~19:30 山田【先着】 3名	① 中上級 11:00~11:50 土屋【先着】 3名 ② 初級 12:00~12:50 土屋【先着】 3名 ③ 中級 13:00~13:50 土屋【先着】 3名 ④ 中上級/上級 14:00~14:50 土屋【先着】 5名	対象クラスはございません	① ウォーク&アクアビクス 10:45~11:30 早坂【先着】 10名 ② アクアビクス 11:45~12:30 早坂【先着】 5名 ⑨ 中上級/上級 18:40~19:30 山田【先着】 5名	② 上級 12:00~12:50 土屋【先着】 5名 ③ 初級 13:00~13:50 土屋【先着】 5名 ④ 平泳ぎ 13:00~13:50 渡邊【先着】 5名 ⑤ 中級 14:00~14:50 土屋【先着】 5名 ⑥ バタフライ 14:00~14:50 渡邊【先着】 5名
				6月2日	6月3日
	6月6日	6月7日		6月9日	6月10日
	6月13日	6月14日		6月16日	6月17日
	6月20日	6月21日		6月23日	6月24日
	6月27日	6月28日		6月30日	7月1日
	7月4日	7月5日		7月7日	7月8日
	7月11日	7月12日		7月14日	7月15日
		7月19日			7月22日
	ウォーキング・アクアビクス・・・¥1,150ー（1回） 水泳教室・・・¥1,100ー（1回）				

<クラス選択について>

ウォーキング・アクアビクス・・・好きなクラスにお申込みください

- 水泳教室
- ①現在定期クラスにご参加の方

・・・同等、もしくはお試しとして1つ上のクラスへ迷った際は指導員までご相談ください

②新規ご参加の方

・・・指導内容をご確認の上、ご自身のレベルに該当するとおもわれるクラスへ

申込み開始日：5月30日（月） 10：00～ （先着順受付）