

会員の皆様へ

突然の休館、休講で大変ご迷惑おかけし、申し訳ありませんでした

10月14日より通常営業致します。

今後とも どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

只今キャンペーン中につき、入会金**10%オフ**の**9000円**でご入会可能です。

(入会金 通常1万円)

またはレッスンチケット3枚付き(11500円)→10000円(チケット有効期限は  
購入日より1か月)

1レッスン毎に500円お支払い頂くシステムで、更新料など一切いただきません。

初期費用は入会金のみとなります。

**当店の会員様のご紹介がある方は ご入会時にお申し出ください。**

10~11月

11月5日月曜は休館致します。

日	月	火	水	木	金	土
10:40~11:30 中級エアロA (流川) 11:40~12:20👉 お腹と背中エク サイズ(流川)	10:30~11:20 オリジナルエアロ(上級 (武) 11:30~12:15 ポルドブラ(山岸)	10:30~11:15 リトモス(山岸) 11:25~12:15 かんたんエアロ(山岸)	10:00~10:40👉 ボディメンテ(お疲れ 気味の方に)(流川) 10:50~11:30👉 初めてのエアロビクス (流川) 11:40~12:20👉 やさしいピラティス (流川)	10:30~11:20 ピラティス(Ⅰ) (流川) 11:30~12:30👉 格闘技EX(A) (流川)	10:00~11:00👉 ゆらゆらフィットネス (小山) (11月末終了) 11:10~11:55👉 エアロイージーダンス (北崎) (11月末終了)	10:40~11:30 中級エアロB(流川) 11:40~12:40 ピラティス2(流川)
13:30~14:30👉 格闘技EX(B) (流川) 14:40~15:30👉 初めてのエアロビクス とストレッチ(流川)		13:00~14:00 (別料金) ハワイアンフラ (レイ イリマ)	12:40~13:25👉 ZUMBA(流川)	12:45~13:30 エアロイージーダンス (山岸)	12:05~13:05 ピラティス2 (流川) 13:15~14:45👉 太陽ヨガ(渡邊)	12:50~13:50👉 太陽ヨガ(渡辺) 14:05~14:50👉 ZUMBA(流川)
	18:30~19:30👉 ゆったりヨ〜ガ (山岸) 19:45~20:30 リトモス(山岸)	18:30~19:15👉 ボディメンテ&ストレッチ (流川) 19:25~20:25 ピラティス(Ⅱ)(流川) 20:35~21:35👉 格闘技EX(A)(流川)	<u>10/17.11/14</u> <u>19:15~20:30</u> <b>中級エアロ B 初回</b> <b>+腹筋+ストレッチ</b>	19:25~20:10👉 ZUMBA(流川) 20:20~21:10👉 スリムEX(流川) (簡単なエアロビクス+ 筋トレ)強度高め	18:30~19:30👉 やさしいピラティスと 腹筋(流川) 19:40~20:40👉 格闘技EX(B) (流川) 20:50~21:50 ピラティス(Ⅱ)(流川)	20:00~21:00 オリジナルエアロ(上級(流川) 21:10~21:50👉 ボディメンテ&お腹&背中 (流川)

☆プライベートレッスン、グルーブレッスン始めました(ピラティス、エアロビクスほか)

通常プログラムのレッスンへのご参加が不安な方、スタジオレッスンが初めての方、  
体力に自信がない方、お友達やご家族だけで楽しみたい方など  
初めての方からフィットネス歴の長い方まで 内容は相談の上

個人レッスン 60分 2000円

グルーブレッスン 2名以上 お1人につき60分 1000円

(1時間 4000円を上限として人数割り)

**エアロビクスは1レッスン 5000円を人数割り**

プライベートのみの会員様の入会金 5000円(会員様同伴のグルーブレッスンのみは 3000円)