



2019年ゴールデンウィーク特別プログラム



4/27(土)	4/28(日)	4/29(月)	4/30(火)
9:00-10:00 朝ヨガ YUMI	14:30-15:15 キッズ体育教室 KAZU	10:45-11:45 体育2日間 短期教室 KAZU	10:45-11:45 体育2日間 短期教室 KAZU
10:15-11:15 シェイプアップヨガ YUMI	15:45-16:15 ファイティング トランポリン KAZU		12:45-13:15 トータルシェイプアップTRX RISA
11:30-12:15 はじめてキッズダンス YUIKA			
12:30-13:15 キッズダンス YUIKA			
13:30-14:15 キッズフィットネス 運動神経向上 AIKO			
14:30-15:30 キッズダンス KIRA			
15:45-16:30 キッズエアリアルヨガ RISA			
17:45-18:15 トータルシェイプアップTRX KAZU			
18:30-19:00 脂肪焼却 KAZU			

... 2日間集中!! 体育短期教室
 会員外 2,000円
 会員 1,500円

... ストリートダンス75分イベント 2,000円

... チケット枠
 ・エアリアルヨガ
 チケットor3,000円
 ※初めてのの方は2,000円

... 大人フリー枠
 都度利用は30分1,000円
 60分2,000円

... キッズスクール枠
 ※キッズダンス体験 (60分) 1,000円
 (45分) 500円
 ※キッズエアリアルヨガ体験 1,000円
 ※キッズ体操教室体験 1,000円

... キッズフリー枠 (体験500円) ※価格は全て税抜き価格となっております。

平成最後の運動は
PYGMYで!!!!

平成31年⇄令和元年

令和最初の運動は
PYGMYで!!!!

5/1(水)	5/2(木)	5/3(金)	5/4(土)	5/6(月)
10:30-11:45 ストリートダンス 75分スペシャル☆ AYAKA	10:30-11:30 機能改善ヨガ MARI	14:00-15:00 ストリートダンス AYAKA	9:00-10:00 朝ヨガ YUMI	15:30-16:15 キッズダンス (幼児) YAHIKO
12:00-13:00 エアリアルヨガ AYAKA	12:00-12:30 トータルシェイプアップ TRX AYAKA	15:15-16:15 エアリアルヨガ AYAKA	10:15-11:00 ウエーブストレッチ KAYOKO	16:30-17:00 キッズフィットネス 体操 幼児~低学年 TOMMY
	12:45-13:30 バレトン AYAKA		11:15-12:15 エアリアルヨガ KAYOKO	17:15-17:45 キッズフィットネス 体操 小学生 TOMMY
			16:45-17:30 キッズフィットネスヨガ AYAKA	18:00-19:15 キッズ体操教室 TOMMY
			17:45-18:15 トータルシェイプアップTRX AYAKA	
			18:30-19:00 脂肪焼却 KAZU	

