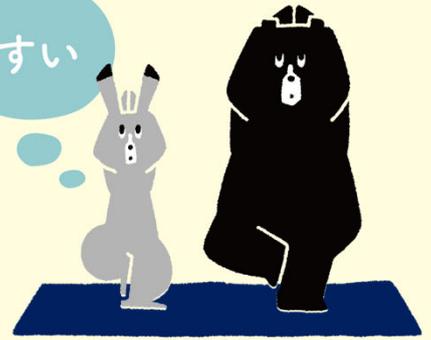


4月

やさしく

たのしく

はじめやすい



おとなクラス プログラム

コンディショニング	水曜日 (30分クラス)	1日	8日	15日	22日	29日
	10:30~11:00	ストレッチ ポール	ストレッチ ポール	ストレッチ ポール	ストレッチ ポール	ストレッチ ポール
13:30~14:00	ウェーブ ストレッチ	ウェーブ ストレッチ	ウェーブ ストレッチ	ウェーブ ストレッチ	ウェーブ ストレッチ	ウェーブ ストレッチ
木曜日 (45分クラス)	2日	9日	16日	23日	30日	
	10:30~11:15	ヨガ	太極舞	にこにこ エアロ	ピラティス	休館
14:30~15:15	太極舞	にこにこ エアロ	ピラティス	ヨガ	休館	

月いち	土曜日 (45分クラス)	11日
	10:30~11:15	ピラティス

お知らせ

※GWにともない4月30日(木)のクラスはお休みとなります。
何卒、ご了承くださいませようお願いします。



ご予約・お問合せ

定員 8名(先着順)

予約開始 3月20日(金) 朝10時より

予約内容 ①ご氏名 ②ご希望日 ③ご希望時間
をお伝えください。

※キャンセル待ちもお受けいたします。

予約先 お電話、または窓口まで



TEL 0550-70-2545

株式会社ジョットインターナショナル

