

# フィットネススクール募集中！

月	火	水	木	金
デトックスヨガ 10:00~11:00		ピラティス 10:00~11:00		かんたんステップ 10:00~11:00
			はじめてピラティス 11:15~12:15	
		シニア向け健康教室 13:00~14:00		
		デトックスヨガ 18:00~19:00	ZUMBA 18:20~19:20	ZUMBA GOLD 18:50~19:50
夜のリラックスヨガ 18:50~19:50			ピラティス 19:30~20:30	
自力整体 20:00~21:00		ZUMBA 20:00~21:00		ダンスエクササイズ 20:00~21:00

未来のアスリートを目指せ！  
**運動能力養成塾**

走る 投げる 跳ぶ にこすほ  
の4つを軸に  
お子様の運動能力を育みます

金曜16時~17時

## 春休み短期水泳教室

3月4日(月)11時~募集開始！

前期 3/25~3/29  
後期 4/1~4/5

詳しくはHP等に掲載されている要綱をチェック！

LINEお友だち登録はこちら▶▶▶

施設公式LINEに  
お友達登録すると、  
最新情報をチェックできます！



インスタグラム更新中

Instagram

Follow me

