

プログラム名		予約状況	
スタジオ シニア プログラム	火	太極拳	満
		ピラティスベーシック	△
		ヒザ腰スッキリ	◎
		ストレッチポール体操	満
		リフレッシュヨガ	○
		ピラティス&トレーニング	◎
	水	ZUMBA®	◎
		筋トレ&リラックスヨガ	○
		ピラティス	○
		ステップエアロ	満
		ファットバーニング	◎
		リラックスヨガ	△
	木	姿勢改善ピラティス	○
		ボディメイクエアロ	○
		健康エクササイズ	◎
		ちょっとヨガ	△
		トータルエクササイズ	◎
		ビギナーヨガ	△
	金	ZUMBA GOLD®	○
		シニアダンス	◎
アンチエイジングヨガ		◎	
健康体操・シニアヨガ		満	
スタイルupピラティス		◎	
ビューティーヨガ		○	

プログラム名		予約状況	
ジュニア プログラム	火	ジュニア体操（年中～小1）	△
		ジュニア体操（小2～小6）	△
	木	ジュニア体操（年中～小1）	満
		ジュニア体操（小2～小6）	満
	水	キッズヒップホップ（年中～小1）	◎
		ジュニアヒップホップ（小2～小6）	満
	金	キッズチア	◎
		ジュニアチア	○

※令和5年9月12日(火) 18:00現在

キャンセル待ちを受け付けます	満
1～4名入れる	△
5～9名入れる	○
10～15名入れる	◎

アクションスクール受付時間

来館申込(火～土) 8:40～20:00

(日・祝) 8:40～16:30 ※月曜日休館

本日9月12日(火)から第3期(10月～12月)ジュニアプログラムの来館申込受付を開始しました。来館申込は20:00まで受け付けています。**ジュニアプログラム【電話申込】9月13日(水)9:00～** 開始します。空き状況を確認の上、お申込みください。スタジオ・シニアプログラムについては、現在、来館申込・電話申込、どちらも受け付けております。お電話での申込は、1週間以内に来館し、ご入金をお願いします。ご入金後、申込完了となります。