

# 12月 レッスン日程表

☆レッスン料金(税別) 500円

日	月		火		水		木		金		土	
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
									1		2	
									ボール 11:30~12:20		リラックスヨガ 11:30~12:30	
										水中運動 13:00~13:40		
3	4	5		6		7		8		9		
	休館日		スイムレッスン 13:00~13:50	にこにこ運動 11:30~12:20				ボール 11:30~12:20				
				簡単ヨガ 12:30~13:30					水中運動 13:00~13:40			
10	11	12		13		14		15		16		
	休館日			にこにこ運動 11:30~12:20				ボール 11:30~12:20				
					簡単ヨガ 12:30~13:30				水中運動 13:00~13:40			
17	18	19		20		21		22		23		
設備点検工事の為、休館となります									ボール 11:30~12:20		リラックスヨガ 11:30~12:30	
											水中運動 13:00~13:40	
24/31	25	26		27		28		29		30		
	リラックスヨガ 11:30~12:30		スイムレッスン 13:00~13:50	にこにこ運動 11:30~12:20								
				簡単ヨガ 12:30~13:30								

## ■レッスンの受講について

- ◆対象者は中学生以上となります。 ◆レッスン当日アクアネックスにて受付(受付簿にお名前をご記入)を行ってください。
- ◆レッスン開始後10分以降の入場はお断りさせていただく場合がございます。
- ◆お得な11回券(有効期限2カ月)もございますので詳しくはアクアネックス(専用電話 0475-42-7711)までお問い合わせください。