

# 3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	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		3	
								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		
4	5	6		7		8		9		10	
	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		リラックスヨガ 11:30~12:30	
					簡単ヨガ 12:30~13:30					水中運動 13:00~13:40	
11	12	13		14		15		16		17	
	休館日									リラックスヨガ 11:30~12:30	
18	19	20		21		22		23		24	
	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		リラックスヨガ 11:30~12:30	
					簡単ヨガ 12:30~13:30					水中運動 13:00~13:40	
25	26	27		28		29		30		31	
	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	

## ■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。