

9月 レッスン日程表

☆レッスン料金(税別)

500円

ビジター 1000円
会員 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
											リラックスヨガ 11:30~12:30
2	3	4		5		6		7		8	
	休館日	休館日		休館日				ボール 11:30~12:20		水中運動 12:50~13:30	リラックスヨガ 11:30~12:30
9	10	11		12		13		14		15	
一無料一 健康づくり教室 10:30~ (約60分)	休館日			にこにこ運動 11:30~12:20				ボール 11:30~12:20		水中運動 12:50~13:30	
				簡単ヨガ 12:30~13:30							
16	17	18		19		20		21		22	
				にこにこ運動 11:30~12:20				ボール 11:30~12:20		水中運動 12:50~13:30	リラックスヨガ 11:30~12:30
				簡単ヨガ 12:30~13:30							
23	24	25		26		27		28		29	
				にこにこ運動 11:30~12:20				ボール 11:30~12:20		水中運動 12:50~13:30	
				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。