

8月 レッスン日程表 ☆レッスン料金(税別) 500円

※夏季限定

※プールレッスンはお休みになります

日	月	火	水	木	金	土		
		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
					1	2	3	
						ボール 11:30~12:20 ストレッチボール 12:40~13:20	リラックスヨガ 11:30~12:30	
4	5	6	7	8	9	10		
			にこにこ運動 11:30~12:20 簡単ヨガ 12:30~13:30		ボール 11:30~12:20 ストレッチボール 12:40~13:20	リラックスヨガ 11:30~12:30		
11	12	13	14	15	16	17		
			にこにこ運動 11:30~12:20 簡単ヨガ 12:30~13:30					
18	19	20	21	22	23	24		
			にこにこ運動 11:30~12:20 簡単ヨガ 12:30~13:30		ボール 11:30~12:20 ストレッチボール 12:40~13:20	リラックスヨガ 11:30~12:30		
25	26	27	28	29	30	31		
	にこにこ運動 11:30~12:20 簡単ヨガ 12:30~13:30				ボール 11:30~12:20 ストレッチボール 12:40~13:20	リラックスヨガ 11:30~12:30		

■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。