

2017年10月～ フィットネススクール

▼概要

お好みのプログラムを選んで頂くことで、無駄なく・無理なく健康づくりが楽しめます。
よりたくさんのプログラムが受けれるよう年間登録料は無料！

▼対象

運動初心者～上級者(18歳以上)

▼スクール時間・受講料

スクール名	曜日/時間	回数	受講料/月	入会時 2ヶ月間料金
A、青竹ビクス45	月曜/10:15～11:00	4回/月	3,240	¥6,480
B、バレトン45	月曜/11:15～12:00	4回/月	3,240	¥6,480
C、ソフトヨガ45	月曜/20:10～20:55	4回/月	3,240	¥6,480
D、ヨガヒーリング45	月曜/21:05～21:50	4回/月	3,240	¥6,480
E、はじめてヨガ45	火曜/10:15～11:00	4回/月	3,240	¥6,480
F、ボディメイクヨガ45	火曜/11:15～12:00	4回/月	3,240	¥6,480
G、ZUMBA45	火曜/20:10～20:55	4回/月	3,240	¥6,480
H、ヨガ&太極拳45	火曜/21:05～21:50	4回/月	3,240	¥6,480
I、バランスコーディネーション60	水曜/10:15～11:15	3回/月	3,240	¥6,480
J、腰痛予防ストレッチ30	水曜/11:30～12:00	3回/月	1,620	¥3,240
K、GroupPower60	水曜/20:10～21:10	3回/月	4,860	¥9,720
L、腰痛予防ストレッチ30	水曜/21:00～21:30	3回/月	1,620	¥3,240
M、気功45	木曜/10:10～10:55	4回/月	4,320	¥8,640
N、GroupPower45	木曜/20:10～20:55	4回/月	4,320	¥8,640
O、機能改善・体幹トレーニング30	木曜/21:10～21:40	4回/月	2,160	¥4,320
P、女性のためのヨガ60	金曜/10:15～11:15	4回/月	4,320	¥8,640
Q、青竹ビクス30	金曜/11:30～12:00	4回/月	2,160	¥4,320
R、はじめてエアロ45	金曜/20:10～20:55	4回/月	3,240	¥6,480
S、バレトン45	金曜/21:05～21:50	4回/月	3,240	¥6,480

————— は終了もしくは変更クラス

↓↓↓ 新規・変更プログラム ↓↓↓

T、青竹ビクス30	月曜/10:25～10:55	4回/月	2,160	¥4,320
U、ピラティス45	火曜/21:05～21:50	4回/月	3,240	¥6,480
V、機能改善・体幹トレーニング30	水曜/20:20～20:50	3回/月	1,620	¥3,240
W、シナプソロジー(脳トレ)30	木曜/11:15～11:45	4回/月	2,160	¥4,320
X、ヨガ45	金曜/10:15～11:00	4回/月	3,240	¥6,480
Y、機能改善・体幹トレーニング30	金曜/11:15～11:45	4回/月	2,160	¥4,320

▼注意事項

- ①上記のプログラムの中から、お好きなプログラムにお申し込み頂けます。(フリープランのご用意はありません)
- ②プログラムは、複数お申込みいただけます。(定員の場合、プログラムごとの抽選となります)
- ③最少遂行人数に満たない場合は、開講しない場合がございます。
- ④毎年4月・10月にプログラムの再編成を予定しております。