

4月29日（月）

たっぷりヨガ60

【時間】 9:20～10:20
【強度】 ★
【料金】 600円
【担当】 須貝 智子
※室内シューズは不要です。

5月3日（金）

たっぷりラテンエアロ

【時間】 9:20～10:20
【強度】 ★★
【料金】 600円
【担当】 高木 優子
※室内シューズが必要です。

5月4日（土）

たっぷりかんたんエアロ

【時間】 9:20～10:20
【強度】 ★★
【料金】 600円
【担当】 豊田 洋子
※室内シューズが必要です。

5月6日（月）

エアロ&ヨガ よくばい60分

【時間】 9:20～10:20
【強度】 ★★
【料金】 600円
【担当】 高木 優子
※室内シューズが必要です。

ZUMBA PARTY

【時間】 10:40～11:40
【強度】 ★★★
【料金】 600円
【担当】 DAN DAN
※室内シューズが必要です。

体験バレエ60

【時間】 10:40～11:40
【強度】 ★
【料金】 600円
【担当】 鈴木 江梨子
※室内シューズは不要です。

たっぷりだれでも フリースタイルダンス

【時間】 10:40～11:40
【強度】 ★★
【料金】 600円
【担当】 KAORI
※室内シューズが必要です。

ZUMBA PARTY

【時間】 10:40～11:40
【強度】 ★★★
【料金】 600円
【担当】 DAN DAN
※室内シューズが必要です。

ボクシングフィットネス60

【時間】 19:00～20:00
【強度】 ★★★
【料金】 600円
【担当】 瀬川 元弘
※室内シューズが必要です。

ZUMBA GOLD

【時間】 18:30～19:30
【強度】 ★
【料金】 600円
【担当】 豊田 洋子
※室内シューズが必要です。

キックシェイプZ60

【時間】 18:30～19:30
【強度】 ★★★
【料金】 600円
【担当】 笠原 敏晴
※室内シューズが必要です。

たっぷりだれでも HOUSE DANCE

【時間】 18:30～19:30
【強度】 ★
【料金】 600円
【担当】 KENICHI
※室内シューズが必要です。

4月30日(火)・5月1日(水)・2日(木)・5日(日)
は通常通りのスケジュールです！

参加受付は、当日1Fスポーツルーム前
券売機「イベント 600円」チケットのご提示、
もしくは現金でお支払いください。