

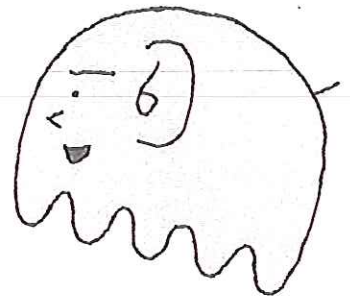
# 第2期 7月1日～9月30日 スタジオ教室日程 9月

|       | ★10:30/13:45 | 15:00    | 19:15       |
|-------|--------------|----------|-------------|
| 1(日)  | ★お休み         |          |             |
| 2(月)  |              |          | ステップ&BB     |
| 3(火)  | 休            | 館        | 日           |
| 4(水)  |              | かんたんステップ | 初めてリズム体操    |
| 5(木)  |              |          | 初めてヨガ&ストレッチ |
| 6(金)  | すっきり!!シェイプ   |          |             |
| 7(土)  |              |          | パンチ&スクワット   |
| 8(日)  | ★ヨガ&ストレッチ    |          |             |
| 9(月)  |              |          | ステップ&BB     |
| 10(火) | 休            | 館        | 日           |
| 11(水) |              | かんたんステップ | 初めてリズム体操    |
| 12(木) |              |          | 初めてヨガ&ストレッチ |
| 13(金) | すっきり!!シェイプ   |          |             |
| 14(土) |              |          | パンチ&スクワット   |
| 15(日) | ★ヨガ&ストレッチ    |          |             |
| 16(月) |              |          | ★お休み        |
| 17(火) | 休            | 館        | 日           |
| 18(水) |              | かんたんステップ | 初めてリズム体操    |
| 19(木) |              |          | 初めてヨガ&ストレッチ |
| 20(金) | すっきり!!シェイプ   |          |             |
| 21(土) |              |          | パンチ&スクワット   |
| 22(日) |              |          |             |
| 23(月) |              |          | ★お休み        |
| 24(火) | 休            | 館        | 日           |
| 25(水) |              |          |             |
| 26(木) |              |          |             |
| 27(金) |              |          |             |
| 28(土) |              |          |             |
| 29(日) |              |          |             |
| 30(月) |              |          | ステップ&BB     |

☆☆☆教室変更のお知らせ☆☆☆  
●9月1日(日)ヨガ&ストレッチ教室は、お休みします。

●9月16, 23日(月)ステップ&BB教室は、お休みします。

★マークのついている『ヨガ&ストレッチ』は、午前10時30分から開始します。



## 教室料金

- 1回 300円
- 1教室10回券 1,800円(9月30日まで有効)
- 1期通し券 5,000円(9月30日まで有効)

★やむを得ず教室内容、担当指導員が、変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

教室のチケットは、1階の券売機でご購入ください。  
なおチケットは、教室のある当日にご購入ください。事前購入は、ご遠慮ください。