



# 《年末年始特別プログラム》



時間	12月30日(日)	12月31日(月)	1月1日(火)	1月2日(水)	1月3日(木)
11時00分ー 11時45分	太極舞 (宮崎)	ストレッチ ポール (野山)	ヨガ (柳澤)	ヨガ (柳澤)	J-POPダンス RISING SUN (木川)
14時00分ー 14時45分	J-POPダンス CHOO CHOO TRAIN (木川)	adidas Boxing45 (岩村)	adidas Boxing45 (岩村)	太極舞 (瀬川)	モナリザ (MIKA)
16時00分ー 16時45分	ピラティス (尾崎)	レップ リーボックス45 (岩村)		キック ボクシング エクササイズ (瀬川)	ヨガ (MIKA)

●参加費：施設使用料のみ(当日券or回数券)

●期間内のレギュラープログラムは休講となります。会員の方は期間を延長致しますので、本館受付までお越しください。