

おためし教室

＜参加方法＞

※レッスン開始30分前からトレーニング室にて受付を開始します。

- ①トレーニング室にて受付、トレーニング室のカードを提出。
- ②お手持ちのチケットと整理券を交換。
- ③第二体育室にてインストラクターに整理券を渡す。
- ④教室終了後トレーニング室にてカードを持ち帰る。

市内大人	市外大人
400円	700円

	月	火	水	木	金	土
10:00～		エアロ 初中級 (50分)		エアロ 初級 (50分)	エアロ 中級 (70分)	エアロ 初中級 (60分)
14:10～	エアロ 中級 (70分)	エアロ 初級 (60分)				
19:30～			エアロ 中級 (70分)			

1月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28


3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31※				

※ 3月31日は午後（初級）のみ開催。

※定員数を超えた場合は、お断りさせていただくことがあります。

※整理券はお1人様1枚のみとなります。

・・・休館日又はレッスンがお休み