

# 水夢館 2024(1/3~1/5)

## レッスン予定表

月 日	予 定	レッスン
1月1日(月)・1月2日(火)		休館日 Days closed
1月3日(水)	10:00-18:00	<p>【A スタジオ】</p> <p>10:00~ゆったりヨガ(吉田)</p> <p>11:00~姿勢改善ストレッチポール(上野)</p> <p>12:00~かんたんエアロビクス(上野)</p> <p>13:00~ZUMBA(阿部佳)</p> <p>14:00~ステップ(阿部雄)</p> <p>【プール】</p> <p>13:00~流水ウォーキング(尾崎)</p> <p>14:00~背泳ぎクロール(大友)</p> <p>・ホリデー会員利用可</p>
1月4日(木)	10:00-21:00	<p>【A スタジオ】</p> <p>12:00~エアロビクス(大友)</p> <p>13:00~MBP(阿部雄)</p> <p>【プール】</p> <p>14:00~平泳ぎバタフライ(大友)</p> <p>・ホリデー会員利用可</p>
1月5日(金)	10:00-21:00	<p>【A スタジオ】</p> <p>13:00~ZUMBA(大友)</p> <p>【プール】</p> <p>14:00~アクアビクス(阿部雄)</p> <p>・ホリデー会員利用可</p>

すでに配布しております【レッスン予定表 2024年1月】に、新たにレッスンを追加いたしました(1月3日黄色あみかけ)。

※ 会員以外の方も受講できます。高校生以上の方で、

① 1月3日のみ、1回受講券(820円)と利用券の購入で何レッスンでも受講可能!!

② 1月4日以降、通常通りご希望のレッスンごとに1回受講券と利用券を購入で受講可能!

※ レッスンの内容についてはこちらを読み取ってご覧ください→



¥お得¥