

休 講 の お 知 ら せ

～カミケンシルクドーム～

12月 2日 (火)	10:00～	ヨガ	福田	IR
	11:15～	ZUMBA 45		
12月 18日 (木)	19:10～	バラエティストレッチ	大倉	IR
	20:10～	ステップ	伊藤	IR
12月 19日 (金)	全クラス休講			
12月 25日 (木)	全クラス休講			
12月 26日 (金)	10:00～	ベーシックエアロ	入	IR
	11:00～	コアコンディショニング		
	13:15～	やさしいヨガ	船岡	IR
	14:15～	バラエティストレッチ	大倉	IR

～タカハシソースエコーピア～

現在12月の休講はございません。

変 更 の お 知 ら せ

～カミケンシルクドーム～

現在12月の変更はございません。

～タカハシソースエコーピア～

現在12月の変更はございません。

※令和7年12月28日(日)～令和8年1月4日(日)まで
年末年始の休館日となります。

令和7年11月18日

多目的室 定員25名対象レッスンのお知らせ

対象レッスンの開始15分前から受付させていただきます。
定員になり次第締め切りとさせていただきます。

～カミケンシルクドーム～

12月 5日 (金)	13:15～	やさしいヨガ	船岡	IR
	14:15～	バラエティストレッチ	大倉	IR
	19:00～	トータルコンディショニング	みすたに	IR
	20:10～	ダンスフィットネス	SarA	IR
12月 12日 (金)	19:00～	トータルコンディショニング	みすたに	IR
	20:10～	ダンスフィットネス	SarA	IR
12月 26日 (金)	19:00～	トータルコンディショニング	みすたに	IR
	20:10～	ダンスフィットネス	SarA	IR

※多目的室で開催するレッスンは
定員25名とさせていただきます。
ご理解とご協力の程、宜しくお願い致します。



※令和7年12月28日(日)～令和8年1月4日(日)まで
年末年始の休館日となります。

令和7年11月18日