

# 休 講 の お 知 ら せ

## ～カミケンシルクドーム～

|            |                  |                        |    |    |
|------------|------------------|------------------------|----|----|
| 8月 5日 (水)  | 全クラス休講           |                        |    |    |
| 8月 6日 (木)  | 13:30～<br>14:30～ | 美Bodyバランス<br>骨盤調整ストレッチ | 染谷 | IR |
| 8月 7日 (金)  | 全クラス休講           |                        |    |    |
| 8月 10日 (月) | 全クラス休講           |                        |    |    |
| 8月 11日 (火) | 全クラス休講           |                        |    |    |
| 8月 12日 (水) | 全クラス休講           |                        |    |    |
| 8月 13日 (木) | 全クラス休講           |                        |    |    |
| 8月 14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retch           | 大倉 | IR |

## ～タカハシソースエコーピア～

現在8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8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8月の変更はございません。

令和8年7月21日

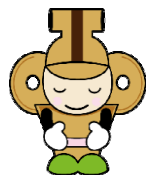
# 多目的室 定員25名対象レッスンのお知らせ

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～

|            |          |               |      |    |
|------------|----------|---------------|------|----|
| 8月 4日 (火)  | 10:00～   | ヨガ            | 福田   | IR |
|            | 11:15～   | ZUMBA 45      |      |    |
| 8月 14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     | みすたに | IR |
| 8月 21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     | みすたに | IR |
| 8月 28日 (金) | 全クラス多目的室 |               |      |    |

※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8年7月21日