

休 講 の お 知 ら せ

～カミケンシルクドーム～

3月 19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
3月 20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	入	IR
	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3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3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3月の変更はございません。

令和8年2月11日

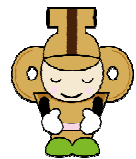
多目的室 定員25名対象レッスンのお知らせ

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～

3月 3日 (火)	10:00～	ヨガ	福田	IR
	11:15～	ZUMBA 45		
3月 6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
3月 13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
3月 20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
3月 27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8年2月11日