

区分	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:30							
9:45							
10:00							
10:15						オリジナル 健康体操	ファットバーン エアロ
10:30							
10:45							
11:00							
11:15						肩こり・腰痛体操	歩いて ファットバーナー
11:30							
11:45							
12:00							大人ダンス (ズンバ)
12:15							
12:30							
12:45							
13:00							
13:15							ボディバランス
13:30	ボディメイキング			歩いて ファットバーナー	メガダンス		
13:45						ヨガ	
14:00							
14:15							
14:30	大人バレエ入門		ボディコンバット		ボディバランス		
14:45							
15:00							ボディパンプ
15:15						ボディパンプ	
15:30				ハワイアン			
15:45	子供体操幼児 (3歳～5歳)		子供体操幼児 (3歳～5歳)				
16:00						大人ダンス (ヒップホップ)	
16:15							
16:30							
16:45	子供体操小学生 (6歳～12歳)		子供体操小学生 (6歳～12歳)				
17:00							
17:15							
17:30						ボディコンバット	
17:45							
18:00							
18:15							
18:30							
18:45							
19:00	オリジナル 健康体操						
19:15			ピラティス	太極拳	ボディバランス		
19:30							
19:45							
20:00							
20:15			ボディコンバット				
20:30							
20:45							
21:00							

会費

(単位 : 円)

区分	入会金	年会費	月会費		
			※1 スポーツ教室	子供体操	※2 教室・ジム共通
組合員	免除	免除	3,200	週1回 3,200 週2回 5,200	4,600
員外	5,000	2,000	6,500	週1回 6,500 週2回 8,600	9,300

※1 会員(子供を除く)は、すべてのプログラムが受講できる

※2 教室・ジム共通会員(子供を除く)は、すべてのプログラムの受講と、一般トレーニングが利用できる(新設)

○ 下線部が今回変更したところになります。