

## 2・3月有料プログラムスケジュール

ご予約はこちらから →



■開催場所:Fitスタジオ ■予約開始:1月23日8時から ■記載料金は1回の受講料(税込)となります。

### 太極拳

担当:底田 有理

人数を絞ったのセミパーソナルレッスンです。通常レッスンよりも集中してレッスンしたい方におすすめです。

(月)15:30-16:30

2/5.19.26 3/4.11.18.25

(火)11:00-12:00

2/6.13.20.27 3/5.12.19.26

¥550

定員  
12名



### HIPHOP

担当:島津 忠臣

ヒップホップ、R&Bの曲に合わせて踊ります。少しずつ、振り付けを進めていくクラスです。

(火)15:00-15:40

2/6.13.20

3/5.12.19

¥1,100



### Fabulous Belly dance

担当:Raheema

2.3月はアラブ音楽に合わせてシルクベールを使い優雅に踊ります。体とベールが一体化し、全身で美しく踊れるよう1人1人に合わせ、トレーニングサポートしながらレッスン致します。  
※ベールは貸出致します。

(水)14:00-15:00

2/7.21 3/13.27

¥1,100



### エアロ中上級

担当:宮田 一輝

より難度の高いエアロを楽しみたい方。

(土)17:00-18:00

2/3.10

3/2.9

¥1,650



### ソウルダンス

担当:長野 哲

ソウルミュージックをバグに、独特のリズムで踊るクラスです。ソウルミュージックとは、「R&B」の一種です。

(月)20:00-21:00

2/5.19.26

3/4.11.18.25

¥1,100

### ヨガ&筋膜リリース

担当:Tomomi

ボール等で筋膜リリースやセルフで老廃物を流し身体を整えたあと、1つ1つポーズを丁寧に修正アジャストしながら行います。

初めての方でも大歓迎です♪

(水)17:00-18:00

2/28

3/13.27

¥550



ホットスタジオ  
にて実施します!

※レギュラー会員様以外も  
参加可能です。

定員  
15名

◆ご参加にはWeb予約が必要です。

会員マイページ「参加できるイベントがあります」よりご予約ください。

◆お支払いはWeb決済のみとさせていただきます。

◆**入金**はレッスン開始1時間前までに必ず完了してください。

**入金**が確認出来ない場合は参加をお断りする場合がございます。

◆キャンセルはレッスン日の6日前まで可能です。

※期日を過ぎてからのキャンセルの場合、返金は出来かねます。

※期日内で入金後のキャンセルをご希望の場合は、必ずフロントへお越し下さい。

(お客様でキャンセルされますと返金対応が遅れる場合がございます。)

◆プログラムはHPでもご確認頂けます。