

# 3月体験会限定教室はこちら！

## ★ スタジオ教室 ★

### ストレッチ45



井上R

開催日:3月14、28日(木) 11:00~11:45  
各定員:25名  
料金:550円(税込)  
対象:高校生以上  
持ち物:飲み物、大きめのタオル

身体を機能させるストレッチを行います。  
スッキリしたい方はぜひ参加してください。

## ★ プール教室 ★



担当 杉山コーチ

### 『初めてスイミング45』

開催日:3月12、19日(火) 9:45~10:30  
各定員:15名  
料金:550円(税込)  
対象:高校生以上  
持ち物:水着、キャップ

初めての方を対象に泳ぎの基礎を学びます。  
泳ぐのが苦手な方、この機会に参加してみませんか？



担当 杉山コーチ

### 『アクアビクス(ベーシック)』

開催日:3月12、19日(火) 10:45~11:45  
各定員:25名  
料金:750円(税込)  
対象:高校生以上  
持ち物:水着、キャップ

膝や腰に負担をかけず、水中で音楽に合わせて  
身体を動かします。初めての方も安心してご参加  
いただけるプログラムです。

# 3月教室体験会日程

## 教室タイムスケジュール

	3月5日 (火)	3月11日 (月)	3月12日 (火)	3月14日 (木)	3月15日 (金)	3月18日 (月)	3月19日 (火)	3月21日 (木)	3月22日 (金)	3月25日 (月)	3月26日 (火)	3月28日 (木)	3月29日 (金)	
9:00														9:00
10:00	10:15~10:45 ウォーキング 濱島	9:30~10:30 モーニング ヨガ 石川	9:45~10:30 初めて スイミング45 杉山	9:45~10:45 モーニング ヨガ 津熊		9:30~10:30 モーニング ヨガ 石川	9:45~10:30 初めて スイミング45 杉山			9:30~10:30 モーニング ヨガ 石川		9:45~10:45 モーニング ヨガ 津熊		10:00
11:00	11:30~11:30 脂肪バイバイ 濱島	10:45~11:30 ボディコンバット 45 平森	10:45~11:45 アクアピクス (ベーシック) 杉山	11:00~11:45 ストレッチ45 井上		10:45~11:30 ボディコンバット 45 平森	10:45~11:45 アクアピクス (ベーシック) 杉山					11:00~11:45 ストレッチ45 井上		11:00
12:00					12:10~12:55 骨盤EX 45 井上								12:10~12:55 骨盤EX 45 井上	12:00
13:00					13:05~14:05 ピラティス 森									13:00
14:00														14:00
15:00														15:00
16:00														16:00
17:00														17:00
18:00														18:00
19:00			19:00~19:45 ボディバンプ 45 風岡	19:00~20:00 ボディコンバット 平森		19:00~19:45 ボディバンプ 45 風岡		19:00~20:00 ボディコンバット 平森			19:00~19:45 ボディバンプ 45 風岡			19:00
20:00	20:15~21:00 ボディコンバット 45 小林	20:00~21:00 リフレッシュヨガ 津熊	19:30~20:15 大人初級 45 勝谷	20:30~21:30 リラックスヨガ 夏虫		20:00~21:00 大人初級 45 勝谷	19:30~20:15 大人初級 45 勝谷	20:15~21:15 リラックスヨガ 夏虫	19:30~20:00 大人初級30 勝谷	19:15~20:15 ボディバンプ 風岡	20:00~21:00 大人初級 45 勝谷	19:30~20:15 大人初級 45 勝谷		20:00
21:00					20:00~20:45 アクアピクス 45 日高	20:15~21:00 ボディコンバット 45 小林	20:00~21:00 リフレッシュヨガ 津熊	20:15~21:15 リラックスヨガ 夏虫		20:00~20:45 アクアピクス 45 日高	20:30~21:30 メガダンス 平森			21:00

■ 窓口・電話申込み期間 ■  
 フリーパス券・体験、予約申し込み  
 2019年2月18日(月)  
 AM9:00~各定員まで  
 ※ご入金は1週間以内でお願いします

■ 料金 ■  
 フリーパス券 (どの教室にも参加OK)  
 10名限定 4,000円(税込)

各教室  
 30分 350円(税込)  
 45分 550円(税込)  
 60分 750円(税込)

※各教室に参加定員の設定がございます。定員に達した場合は受付できませんのであらかじめご了承ください。(教室の定員参照)  
 ※各教室の最少催行人数は4人です。4人に達しなかった教室は開催いたしませんのでご了承ください。未開講となった場合は1週間前までにご案内いたします。  
 ※お申込後の返金はいたしかねます。何卒ご了承ください。ただし、お申込されたクラスが未開講になった場合は返金させていただきます。

お問合せ先 ウィングアリーナ刈谷総合受付 TEL0566-63-6886

