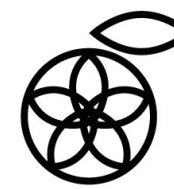


12月1月レッスンスケジュール



YUZZ FITNESS
ユズフィットネス

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
10:00	サークルレッスン※ バレエ Rバレエサークル主催 10:00-11:15 問合せ 担当杉原 090-3095-9280	10:00-10:45 踏み台エアロ 宮園	10:00-10:45 バレトン 杉原	サークルレッスン※ フラダンス メイツ・クウレイ・パカラナ主催 月謝 6,000 円 (月 4 回) 10:00-12:00 見学体験受付中 (事前連絡必要) 問合せ 担当佐藤 090-8646-4295	10:00-10:45 エアロビクス 佐野 45 分	9:30-10:30 ヨガ MAYUMI
11:00	12:30-13:30 50 から 70 歳代の 健康体操教室 宮園	11:00-12:00 50 から 70 歳代の 健康体操教室 宮園	11:00-12:00 ZUMBA 内田 (ズンバ)	11:00-12:00 ヨガ 清水	11:00-12:00 ヨガ 清水	サークルレッスン※ フラメンコ 田中紀子 フラメンコ教室主催 入会金 5,000 円 月謝 6,500 円 (月 4 回) 入門クラス 10:30-11:30 初級クラス 11:45-12:45 中級クラス 12:00-14:00 問合せ 担当田中 090-1123-3598 norikomanoli@gmail.com http://www.tanakanoriko.com/
12:00	13:45-14:45 ヨガ NAOKO	13:45-14:45 エアロビクス 佐野 60 分	13:30-14:30 ヨガ NAOKO	13:30-14:30 50 から 70 歳代の 健康体操教室 宮園	12:30-13:30 アクティブシニアにオススメ リズム体操 & ストレッチ 宮園	
13:00		15:00-16:00 ヨガ 清水	第3 水曜日 休館日		13:45-14:45 ZUMBA 清水 (ズンバ)	
14:00					15:00-16:00 体幹運動 & ストレッチ 長井	
15:00	サークルレッスン※ モダンバレエ 五十嵐生野 モダンバレエスタジオ主催 初等部 15:30-17:00 中等部 16:30-18:00 高等部 18:00-20:00 見学体験受付中 (事前連絡必要) 問合せ 担当五十嵐 025-266-7945		年末年始休館12月28日(日)~1月4日(日)			
16:00						
17:00						
18:00						
19:00		19:00-20:00 ZUMBA 清水 (ズンバ)	サークルレッスン※ ジュニア バレエ 対象: 3~18歳 Rバレエサークル主催 17:45-18:45 問合せ 担当杉原 090-3095-9280	19:30-20:15 バレトン 杉原		18:30-19:30 美と健康のヨガ MAYUMI
20:00	20:30-21:30 ZUMBA 清水 (ズンバ)	20:30-21:30 ヨガ 清水		20:30-21:30 ZUMBA 内田 (ズンバ)	20:30-21:30 ZUMBA 清水 (ズンバ)	19:45-20:45 ZUMBA ズンバ MAYUMI
21:00						

45 分レッスン

500 円

60 分レッスン

600 円

予約・申込
必要ありません。
お時間までにお越しください。

第3水曜・日曜・祝日休館

※サークルレッスンへのお問合せは
直接担当者までご連絡ください。
※16歳未満の方は参加できません。



**LINE から
ホームページ
スケジュール
休講案内など
ご覧になれます。
直接お問合せも
可能です。**



↑
お友達追加

←マークは
内履きが必要です

<http://yuzzfit.com>

TEL 050-7114-7775

レッスン中などでお電話に出れない場合がございます。
留守番電話にご連絡先を入れてもらえれば折り返します。