

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
-	11時~ZUMBA GOLD		-	-		9時~ボクシングEX 10時~ZUMBA
-	-		-	-	-	13時~ リラックスヨガ 14時~ピラティス
みんな STRONG チャレンジ♡	13時45分~ リラックスヨガ(2階)	-	13時45分~ ピラティス(2階)	13時~ZUMBA GOLD 14時~ZUMBA	-	-
-	19時15分~ ボクシングEX(西P)	-	19時~有住集会所 ヨガ&ピラティス	19時~ボクシングEX (早公) 20時~ZUMBA (早公)	-	-
8	9	10	11	12	13	(ホワイトデー)14
●11時~ STRONG by ZUMBA ●12時~ ZUMBA※連続割引適用外	11時~ZUMBA GOLD	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-
	13時45分~ リラックスヨガ(2階)	-	13時45分~ ピラティス(2階)	13時~ZUMBA GOLD 14時~ZUMBA	-	13時~ リラックスヨガ 14時~ピラティス
-	19時15分~ ボクシングEX(西P)	-	-	19時~ボクシングEX (早公) 20時~ZUMBA (早公)	-	19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA
15	16	17	18	19	20	21
●11時15分~ ZUMBA 90 	(会員) ¥800 ※フリーパスOK	-	-	-	※連続割引適用外	-
	-	-	13時45分~ ピラティス(2階)	13時~ZUMBA GOLD 14時~ZUMBA	-	13時~ リラックスヨガ 14時~ピラティス
	19時15分~ ボクシングEX(西P)	-	19時~有住集会所 ヨガ&ピラティス	19時~ボクシングEX (早公) 20時~ZUMBA (早公)	-	19時~STRONG by ZUMBA 20時~ZUMBA
22	23	24	25	26	27	28
-	11時~ZUMBA GOLD	-	-	-	膝、腰、肩が痛い、体が硬い人は、「来る」の一択!	(会員) ¥1000 フリーOK
-	-	-	-	-	-	13時~ 細かい筋肉も丁寧に! 超気持ちの良いストレッチ& ストレッチポール
-	13時45分~ リラックスヨガ(2階)	-	13時45分~ ピラティス(2階)	13時~ZUMBA GOLD 14時~ZUMBA	-	-
-	19時15分~ ボクシングEX(西P)	ラスト! 次は、MEGAドンキー		19時~ボクシングEX (早公) 20時~ZUMBA (早公)	-	19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA
29	30	31	★4月からNEWレッスンスタート メンバー募集中 ●MEGAドンキー福重店(スポーツクラブ アクトス)で、 夜の『ボクシングEX』スタート!! ・毎週月曜日夜19時30分~20時30分 ・料金は、月4回¥3,200または単発1回¥1,000			
★【木曜夜の早良公民館サークルメンバー募集】 ボクシングEX&ZUMBA ※片方だけの参加もOK ●広いお部屋で、たくさん体を動かして汗を流せます! 駐車場もあります! 平日夜の運動、体スッキリ! ・毎週木曜日夜19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA ・月謝制月4回¥3,200						



2020.3月



★レギュラーレッスン (会員)¥500 (非会員)¥1,000 ★入会金¥10,000 ★再入会金¥5,000