



# 土日レッスン

土	日
トレーニング ルーム2	トレーニング ルーム2
9:45~10:45	10:00~11:00
マインド フルネスヨガ	リフレッシュ ヨガ
11:00~12:00	
美筋 トレーニング	
13:30~14:30	
ZUMBA <sup>®</sup>	
14:45~15:45	
太極舞 & モビバン エクササイズ	

## 参加申込み方法

管理事務室にて申込用紙に記入の上、参加料を添えてお申し込み下さい。

## 定員

各教室 20名（先着順）

先着順のため、定員になり次第、締め切らせていただきます。

## 当日参加

定員に達していない教室は当日参加できます。

60分教室 700円 / 45分教室 575円

## その他注意事項

お申し込み後のキャンセルは受付いたしかねます。

また、いかなる場合でも返金はできませんので、ご了承ください。

土曜日				
教室名	講師	時間	日程	参加料
マインドフルネスヨガ	眞鍋	9:45~10:45	8月3日・31日	500円
美筋トレーニング	A K I	11:00~12:00	8月31日	
ZUMBA <sup>®</sup>	齊藤	13:30~14:30		
太極舞 & モビバンエクササイズ	齊藤	14:45~15:45		

日曜日				
教室名	講師	時間	日程	参加料
リフレッシュヨガ	福岡	10:00~11:00	8月11日	500円

モビバンを使って、  
全身ストレッチ、筋トレで  
セルフコンディショニング！  
肩こり解消にも効果的です。



Pikaraスタジアム（香川県立丸亀競技場）  
〒763-0053 香川県丸亀市金倉町830  
TEL 0877-21-5800 FAX 0877-21-5801