

# 武道場プログラム

2018年2月カレンダー(○が開催日)

月	火	水	木	金	土	日
			1★	2	3	4
5 休館日	6★	7★	○8 第1剣道場	9	10	11
12	○13 第1剣道場	○14 第2剣道場	○15 第2剣道場	16	17	18
○19 第1剣道場	20	○21 第2剣道場	○22 第2剣道場	23	24	25
○26 第1剣道場	○27 第1剣道場	○28 第2剣道場				

ボディパンプ45分のクラスが2つになりました。  
(TB)とはTOTALBODY(トータルボディ/全身)という意味です。  
短時間で全身のトレーニングが出来ます。  
5曲目が【この胸とカゴ】、6曲目が【ランジ(脚)と肩】  
1曲で2部位を同時に行うトラックとなります。

・急遽、会場が変更になる場合がございます。

★一部プログラムをスタジオで実施いたします。

月	火	水	木
19:05~19:50 ボディバランス45 中垣	19:05~19:50 ボディパンプ45(TB) 中垣	18:50~19:35 ボディアタック45 船木	18:45~19:30 ボディパンプ45 中垣
20:05~20:50 ボディジャム45 中垣	20:05~20:50 ボディコンバット45 NEW 山岡	19:50~20:50 エクストリーム55(60分) 田中	19:45~20:45 ボディコンバット60 中垣

←ボディパンプはウエイトなどの準備があるため、会場に5分前までに必ず入室して頂くようお願いいたします。フロントでのチケット購入は10分前までとさせていただきます。

## ②レッスン料

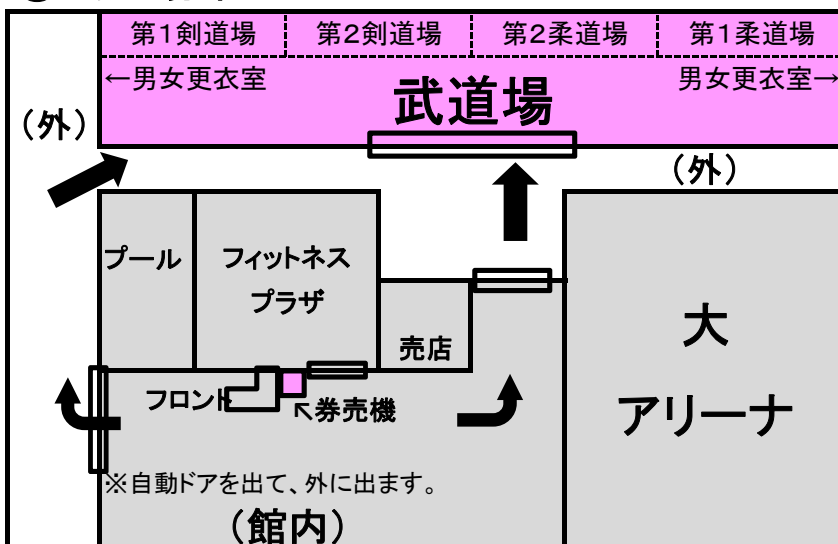
1レッスン	¥ 620
2レッスン	¥1030

## ※武道場プログラムでご利用可能定期券

平日夜スタジオ+武道場定期券(祝日不可)	4,940円
スタジオ+武道場定期券	7,200円
おためし定期券(初めての方限定販売)	2,060円

(※スタジオ回数券はご利用頂けません。)

## ③武道場案内



## インフォメーション

### A、おためし定期券

お申込み頂いてから**2週間**、スタジオと武道場プログラム(パレエスクール除く)すべて受け放題となります。(お一人様一回限り)

### B、武道場プログラム参加の仕方

- ★定期券お持ちの方へ直接武道場へお越しください。定期券をインストラクターにご提示ください。
- ★一回券ご利用の方へフィットネスプラザ、フロント横の券売機でチケットをご購入後、武道場のインストラクターにチケットをお渡しください。