

プラッツ習志野【南館】 12月プログラム スケジュール

★印 レッスン強度

🍃 初めての方におすすめレッスンです。

KIDSスクール

(2024/12/1)

	月		火		水		木		金		土		日	
	多目的コーナー	2F多目的室①	多目的コーナー	多目的コーナー	多目的コーナー	2F多目的室①	多目的コーナー	2F多目的室①	多目的コーナー	2F多目的室①	多目的コーナー	多目的コーナー	多目的コーナー	2F多目的室①
9:00														
9:30-10:30	ピラティス (15名) 横尾 ★★	・タンゴウォーク ・バレトン ⇒4週目のレッスンは2F多目的室①で開催となります。 ※サークルの予約状況次第で多目的コーナーに変更する場合があります。												
10:00														
10:40-11:40	ZUMBA (15名) 藤沼 ★★													
11:00														
11:50-12:50	はじめてのフラダンス (15名) 水町 🍃★													
12:00														
13:00	12月23日(月)休館日													
13:30-14:30	身体メンテナンスヨガ (12名) 秀島 🍃★													
14:00														
15:00														
15:30-16:30	はじめてのバレエレッスン (10名) 渡辺 🍃★													
16:00														
17:00	【参加料】 スタジオプログラム 1回 900円 ★回数券 11枚綴り 9,000円 ・レッスンは急遽、休講とさせて頂く場合がございます。回数券は余裕をもってご利用ください。 ・回数券の払い戻し、期間変更等の対応はいたしかねます。 ・休講についてはプラッツ習志野HPをご確認頂けますようお願い致します。 ・受付横の券売機にてチケット購入をし、整理券をお受け取りください。 整理券はレッスン開始30分前からお配りいたします。 ・レッスン、開催場所によって定員が異なりますのでご注意ください。 ・運動中はこまめに水分補給を行い、適度な休憩を取りながら体調管理にご配慮ください。 ・*入れ物は密閉できるフタ付きの物に限ります。 ・*高校生以下の方は成人であってもご参加いただけません。 ・*レッスン中の録画、録音はご遠慮ください。 ・*整理券を持っていても、レッスン途中からの参加はできません。													
17:30-18:30														
18:00														
18:40-19:40														
19:00-21:00														

🟠 ...ダンス系 🟡 ...格闘技系 🟢 ...調整系 🟣 ...スクール

《今月のお知らせ》
 ・12月23日(月)は休館日のためレッスンはすべて休講となります。
 ・＜年末年始の営業＞12月29日(日)～1月3日(金)まで施設は休館となります。新年は1月4日(土)より営業致します。