

プラッツ習志野【南館】 3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

(2025/ 3/1)

	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	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。												
10:00														
10:40-11:40	10:40-11:40 ZUMBA (15名) 藤沼 ★★													
11:00														
11:50-12:50	11:50-12:50 はじめての フラダンス (15名) 水町 ★													
12:00														
13:00														
13:30-14:30	13:30-14:30 姿勢調整ヨガ (15名) 大場 ★													
14:00														
15:00														
15:30-16:30	15:30-16:30 はじめての バレエレッスン (10名) 渡辺 ★													
16:00														
17:00														
18:00														
19:00														
21:00														

3月31日(月)休館

3/18 休講

3/17 休講

3/26 休講

3/21.28 休講

3/2 休講

3/7 休講

【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、適度に休憩を取り体調管理にご配慮下さい
- ・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。

《3月休講のお知らせ》

- *3/2「ZUMBA」 3/7「美ボディダンスEX」 フィフィIR
- *3/18「体感エクササイズ タンゴウォーク」 SAORI IR
- *3/17「姿勢調整ヨガ」 3/21・28「ヨガ」 大場IR
- *水曜日の「朝ヨガ・ほぐすリラックスヨガ」秀島IRは 3月で終了いたします。

...ダンス系
 ...格闘技系
 ...調整系
 ...スクール