

# ラフォーレフィットネスサロン レッスンプログラム案内表

2016年10月～2017年3月末

7:00	月			火			水			木			金			土			日			7:00
	スタジオ	プール	テニス	スタジオ	プール	テニス	スタジオ	プール	テニス	スタジオ	プール	テニス	スタジオ	プール	テニス	スタジオ	プール	テニス	スタジオ	プール	テニス	
																	7:15			7:15		
																	Let's swim			Let's swim		
																	8:45			8:45		
																					9:00	
																					スクール	
																					テニス 初中級	
																					10:30	
10:00																					スクール	
ベーシックヨガ																					テニス レベルフリー	
柳原IR 11:00																					10:40	
																					スクール	
																					テニス 初中級	
																					11:30	
																					スクール	
																					テニス 初中級	
																					12:20	
																					スクール	
																					テニス 初心	
																					13:50	
																					スクール	
																					テニス 初心	
																					14:20	
																					スクール	
																					テニス 中上級	
																					15:50	
																					スクール	
																					テニス 中上級	
																					16:00	
																					スクール	
																					テニス 上級	
																					17:30	
																					スクール	
																					テニス 上級	
																					21:30	

●月の最終金曜日は短縮営業(17:00最終入館)となります。  
 ●祝日のテニス/スイム/アクアは全レッスン休講となります。  
 ●ペダリングは定員10名になり次第締め切らせていただきます。  
 ●ヨガ/ピラティスレッスンは定員12名になり次第締め切らせていただきます。  
 ●ステップレッスンは定員7名になり次第、締め切らせていただきます。  
 ●Let's swim に関しましては、裏面をご確認ください。

ラフォーレフィットネスサロン