

# 5月プログラム参加申込書

4月21日(火)予約開始  
 4月27日(月)～ ネット予約開始  
 ※ネット予約開始までに提出をおすすめします。

氏名	会員番号
----	------

※参加希望に○を記入してください。

月曜日	参加	火曜日	参加	水曜日	参加	(休館日)	金曜日	参加	土曜日	参加	日曜日	参加
							1		2		3	
							11:00 体幹ストレッチ 中島先生					
							14:00 ZUMBA 櫻先生		12:00 ピラティス 芳井先生			
4		5		6		7	8		9		10	
10:50 ZUMBA 櫻先生		14:00 ピラティス 芳井先生		11:00 ピラティス 起田先生			11:00 体幹ストレッチ 中島先生		11:00 リズムTR 坂本先生			
13:00 フローヨガ 黒木先生		19:00 サーキット 大野先生		19:00 ZUMBA ミッチェル先生			14:00 ZUMBA 櫻先生		12:00 ピラティス 芳井先生		19:00 体幹ストレッチ 中島先生	
11		12		13		14	15		16		17	
10:50 ZUMBA 櫻先生		14:00 ピラティス 芳井先生		11:00 ピラティス 起田先生			11:00 体幹ストレッチ 中島先生					
13:00 骨盤調整ヨガ 黒木先生		19:00 サーキット 大野先生		19:00 ZUMBA ミッチェル先生			14:00 ZUMBA 櫻先生		12:00 ピラティス 芳井先生			
18		19		20		21	22		23		24	
10:50 ZUMBA 櫻先生		14:00 ピラティス 芳井先生		11:00 ピラティス 起田先生			11:00 体幹ストレッチ 中島先生		11:00 リズムTR 坂本先生			
13:00 フローヨガ 黒木先生		19:00 サーキット 大野先生		19:00 ZUMBA ミッチェル先生			14:00 ZUMBA 櫻先生		12:00 ピラティス 芳井先生		19:00 体幹ストレッチ 中島先生	
25		26		27		28	29		30		29(金)	
10:50 ZUMBA 櫻先生		14:00 ピラティス 芳井先生		11:00 ピラティス 起田先生			11:00 体幹ストレッチ 中島先生					
13:00 骨盤調整ヨガ 黒木先生	振替	19:00 サーキット 大野先生		19:00 ZUMBA ミッチェル先生			14:00 ZUMBA 櫻先生		12:00 ピラティス 芳井先生		13:00 骨盤調整ヨガ 黒木先生	

- ・月会員の方は月10回までプログラムに無料参加できます。
- ・キャンセルは予約したプログラム日の前営業日22:00までにご連絡ください。以降のキャンセルは500円のキャンセル料が発生します。(月会員は1回分消費)
- ・キャンセル待ちはありませんのでホームページをご確認ください。(空き状況が確認できます。)