

大人のためのスクール

# グループセッション

## 参加者募集中!

☆2026年10~12月☆

## “オリジナルエアロ”

3階第1スタジオにて実施します。  
エアロビクス中上級者にオススメです。  
楽しみながらレベルアップしていきましょう!

### 日程

### 参加費

※ 一般の方は、別途施設利用料1,100円を  
頂戴いたします。

金曜日【全13回】

20:15~21:25

【都度1回】

1,650円

【10月】 2,9,16,23,30日

【10月まとめ払い】

7,500円 (全5回)

【11月】 6,13,20,27日

【11月まとめ払い】

6,000円 (全4回)

【12月】 4,11,18,25日

【12月まとめ払い】

6,000円 (全4回)

### 定員

各30名

(最少催行各5名)

### その他

**9/25(金)より申込開始です!**

- ・1回もしくはひと月毎のまとめ払いでの申込みとなります。  
ご入金後、申込み完了とさせていただきます。
- ・代理での申込みはお受けできません。
- ・当日のキャンセルはご返金いたしかねますので、予めご了承ください。
- ・1回ごとの申込みの場合、前日までのご連絡かつ各月の最終  
営業日までのご来館で返金いたします。
- ・各月まとめ払いの場合、セッション初回開始日前日までは  
全額返金いたしますが、それ以降にキャンセルした場合は  
返金いたしかねますので予めご了承ください。

### 講師



**馬場**

- ANCSエアロインストラクター
- PTCパーソナルトレーナー

※表示金額は税込価格となります。

大人のためのスクール

# グループセッション

## 参加者募集中!

☆2026年10~12月☆

### “マルチステップ”

3階第1スタジオにて実施します。  
ステップ中上級者にオススメです。  
楽しみながらレベルアップしていきましょう!

#### 日程

日曜日【全6回】  
12:35~13:55  
【10月】18,25日  
【11月】15,22日  
【12月】20,27日

#### 参加費

【1回】  
1,650円

まとめてのお支払いを希望の方は、その回数分をお支払いください。

#### 定員

各20名  
(最少催行各7名)

一般の方は、別途施設利用料として1,100円を頂戴いたします。

#### その他

9/27(日)より申込開始です!

- ・各回毎に申込書をご記入ください。  
ご入金後、お申込み完了とさせていただきます。
- ・代理での申込みはお受けできません。
- ・キャンセルする場合、前日までのご連絡かつ各月の最終営業日までのご来館で返金いたします。
- ・当日のキャンセルはご返金いたしかねますので、予めご了承ください。

#### 講師



木下

- ANCSエアロインストラクター
- ANCSステップインストラクター

※表示金額は税込価格となります。

# 松尾IRによる GOGO★BOXING

ボクシンググローブをはめてミット打ちにチャレンジしてみませんか?  
初めての方でもわかりやすいよう親切丁寧に指導いたします!!

## < 金曜日(30分クラス) >

【実施日】 10/9・11/13・12/4

【実施時間】 ①11:00～11:30 / ②11:30～12:00

## < 土曜日(60分クラス) >

【実施日】 10/10・11/14・12/5

【担当】 松尾 雄太

【実施時間】 13:15～14:15

【実施場所】 3F クイナックスエリア

【参加費(税込)】 金曜: 550円 / 土曜: 1,100円

【定員】 金曜: 各5名 / 土曜: 6名 (最少催行: 各3名)

※一般・法人の方は別途施設利用料1,100円(税込)を頂きます。

※代理でのお申込み受付はいたしかねます。キャンセルは前日までご返金いたします。

当日のご返金はいたしかねますので、予めご了承ください。



**3F受付にて申込受付中!**

ボクシングの基本の動作を中心に指導いたします!!  
ミット打ちで日々のストレスを発散していきましょう!!



皆様のご参加を心よりお待ちしております!