

ATRIODUE Next AOBADAI

# SPECIAL EVENT WEEK

## -JAN-

1/27

### The☆スカーリング～自由自在に水を操ろう～

(TUE) プール  
15:30-16:30

担当：寺田啓人

水を捉える感覚を養い、泳ぎに活かしてさらなるスキルアップを目指そう！

＊参加費：2,750円 (税込)

＊申込日：1月13日(火)22:00～

＊定員：16名 (最少催行2名)

＊申込締切：1月24日(土)23:59

1/27

### バレエ入門 センターレッスン+

(TUE) Bスタジオ  
16:15-17:00

担当：中田豊晶

通常レッスンの後にもう少し！センターレッスンを楽しみましょう♪

＊参加費：1,650円 (税込)

＊申込日：1月13日(火)22:00～

＊定員：22名 (最少催行4名)

＊申込締切：1月24日(土)23:59

1/28

### ヴォーカリズム

(WED) Bスタジオ  
15:20-16:05

担当：福嶋純子

誤嚥予防や骨盤底筋のトレーニング効果が期待できる！

楽しく発声しながら鍛えましょう★

＊参加費：1,100円 (税込)

＊申込日：1月14日(水)22:00～

＊定員：20名 (最少催行6名)

＊申込締切：1月25日(日)23:59

1/30

### ボールでピラティス

(FRI) Bスタジオ  
9:45-10:30

担当：美幸

ボールを使いながらより意識を高めてエクササイズ！  
ベーシックピラティスに参加経験のある方～ご参加いただけます◎

＊参加費：1,650円 (税込)

＊申込日：1月16日(金)22:00～

＊定員：20名 (最少催行5名)

＊申込締切：1月27日(火)23:59

●キャンセルについて 開講日3日前まで…全額返金 開講日2日前以降…100%負担

※最少催行人数未達の場合は中止となります。本イベントは、全プラン同日の申込開始となります。