

【担当者】 中田豊晶



スキルアップバレエ ～ターン&ジャンプ～

CHECK!



もっとセンターレッスンをしたい方
色々なコンビネーションでのピルエットを
練習したい方

内容

ターンやジャンプを基礎から重点的に練習するクラスです。
この機会にターンやジャンプのスキルアップを目指しませんか？

レギュラーレッスンでは、なかなか聞くことのできないより良く回り飛ぶためのテクニックを丁寧に
お伝えしていきます。

【開催要項】

7月 7日・14日・28日 (全3回)
8月 18日・25日 (全2回)
9月 1日・8日・22日・29日 (全4回)

曜日 月曜日
時間 16:50～17:35

場所 Aスタジオ
定員 15名(最少催行人数4名)
料金 全2回 3,300円
全3回 4,950円
全4回 6,600円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 6月23日(月)22:15～
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月25日(金)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月 4日(月)22:15～
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月20日(水)12:00～

申込締切 7月分…7月3日(木) 8月分…8月14日(木) 9月分…8月28日(木) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

Sbody work out

【担当者】 KANAKO



CHECK!



ボディメイクに興味がある方
身体を引き締めてダイエットしたい方

【内容】

筋肉トレーニングと全身運動を効率よく構成しボディメイク、ダイエットに効率的なクラスとなります。
初心者の方からトレーニング経験者どなたでも参加可能となっております！

【開催要項】

7月 1日・8日・15日(全3回)
8月 12日・19日・26日(全3回)
9月 2日・9日・16日・30日(全4回)

曜日 火曜日
時間 10:40～11:40

場所 Aスタジオ
定員 32名(最少催行人数8名)

料金 全3回 3,300円
全4回 4,400円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 6月20日(金)12:00～
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月19日(土)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 7月29日(火)22:15～
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

申込締切 7月分…6月28日(土) 8月分…8月9日(土) 9月分…8月30日(土) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

【担当者】浅野智子



JAZZ DANCE

CHECK!



- ・姿勢を美しくしたい方
- ・リズム感を身につけたい方
- ・日常とは違う充実感を感じたい方

【内容】

筋力、柔軟性、体のバランスが向上し、精神的には、自己表現、自信、創造性が育まれます。レッスンを続けることでダンスだけでなく日常生活においても多くのメリットが得られます。音楽を感じながら楽しんで踊りましょう。

【開催要項】

7月 2日・9日・16日・23日・30日(全5回)
8月 13日・20日・27日(全3回)
9月 3日・10日・17日・24日(全4回)

曜日	水曜日
時間	10:30~11:30
場所	Bスタジオ
定員	15名(最少催行人数4名)
料金	全3回 6,600円
	全4回 8,800円
	全5回 11,000円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 6月20日(金)12:00~
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月20日(日)22:15~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 7月30日(水)22:15~
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月20日(水)22:15~

申込締切 7月分…6月29日(日) 8月分…8月10日(日) 9月分…8月31日(日) 23:59まで
(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%
返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

太極拳48式

【担当者】 今野美加江



CHECK!



- ・太極拳をスキルアップしたい方
- ・基礎体力の維持増進をしたい方

【内容】

24式太極拳に慣れた方向けの中級レベルのクラスです。
24式と同じく楊式太極拳がベースのゆったりとした動きの中に、陳式、呉式、孫式といった伝統太極拳の要素も含まれているのが特徴です。
24式太極拳からのステップアップに向いている太極拳です。

【開催要項】

7月 2日・9日・16日・23日・30日 (全5回)
8月 20日・27日 (全2回)
9月 3日・10日・17日 (全3回)

曜日 水曜日
時間 15:25～16:25
場所 Aスタジオ
定員 20名(最少催行人数5名)

料金 全2回 3,300円
全3回 4,950円
全5回 8,250円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 6月20日(金)12:00～
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月27日(日)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 8月6日(水)22:15～
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ
… 8月20日(水)22:15～

申込締切 7月分…6月29日(日) 8月分…8月17日(日) 9月分…8月31日(日) 23:59まで
(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%
返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

ソシアルダンス

【担当者】 池村太郎



CHECK!



少人数制の為、細かい脚部使い方や
ボディーワークなどを教わりたい方！

【内容】

このクラスは、入門クラスに
比べ、「より美しく」「よりエ
レガントに」とダンスステッ
プの技術向上を目的とした
クラスです。

細かくわかりやすい指導の
もと、ソシアルダンスを楽し
みましょう！

【開催要項】

7月 3日・10日・17日・24日(全4回)
8月 14日・21日・28日(全3回)
9月 4日・11日・18日・25日(全4回)

曜日 木曜日
時間 16:35~17:20

場所 Aスタジオ
定員 16名(最少催行人数6名)

料金 全3回 4,950円
全4回 6,600円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 6月20日(金)12:00~
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月21日(金)22:15~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 7月31日(木)22:15~
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 8月21日(木)22:15~

申込締切 7月分…6月30日(月) 8月分…8月11日(月) 9月分…9月1日(月) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

中級 フィンスイム

【担当者】 川合美代子



まだ「スピードや距離」に自信がない方は、
休みながら参加可能です！

内容

続けて受講いただくことで、
しっかりとスキルアップに繋がって
いきます。
フィンを使って気持ちよく
レベルアップしましょう！

7月
『持久力と瞬発力』

8月
『個人メドレー』

9月
『心拍数トレーニング』

【開催要項】

7月 5日・12日・19日・26日(全4回)
8月 2日・9日・16日・23日(全4回)
9月 6日・13日・20日・27日(全4回)

曜日 土曜日
時間 10:25～11:25

場所 プール
定員 12名(最少催行人数5名)

料金 全4回 6,600円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 6月21日(土)22:15～
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月18日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 7月19日(土)22:15～
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月23日(土)22:15～

申込締切 7月分…7月1日(火) 8月分…7月29日(火) 9月分…9月2日(火) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

初級 フィンスイム

【担当者】 川合美代子



CHECK!



各種目の「基本動作や特徴」を
分かりやすく指導致します！

【内容】

続けて受講いただくことで、
しっかりとスキルアップに繋げて
いきます。

上手に泳ぎたいという方、
楽しく泳ぎましょう！

7月
『背泳ぎ』

8月
『ドル平・クロール』

9月
『クロール』

【開催要項】

7月 1日・8日・15日・22日(全4回)
8月 12日・19日・26日(全3回)
9月 2日・9日・16日・30日(全4回)

曜日 火曜日
時間 10:40～11:40

場所 プール
定員 12名(最少催行人数5名)
料金 全3回 4,950円
全4回 6,600円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 6月20日(金)12:00～
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月19日(土)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 7月29日(火)22:15～
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 8月20日(土)12:00～

申込締切 7月分…6月28日(土) 8月分…8月9日(土) 9月分…8月30日(土) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

月替わり スイム

【担当者】 亘洋祐



CHECK!



今の泳ぎじゃ満足できないあなたへ、
泳ぎの限界を一緒に超えましょう！

【内容】

自身の動きを撮影により修正しながら改善していき、綺麗で効率の良い動きを身につけましょう！

7月『平泳ぎ』
手足の使い方

8月『背泳ぎ』
腕の動かし方

9月『バタフライ』
楽な呼吸を目指す

【開催要項】

7月 9日・16日・23日・30日(全4回)
8月 13日・20日・27日(全3回)
9月 3日・10日・17日・24日(全4回)

曜日 水曜日
時間 12:30～13:30

場所 プール
定員 12名(最少催行人数3名)

料金 全3回 8,250円
全4回 11,000円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア …6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア …6月25日(水)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ …7月20日(日)22:15～

【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア …7月30日(水)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ …8月20日(水)12:00～
…8月20日(水)22:15～

申込締切 7月分…7月6日(日) 8月分…8月10日(日) 9月分…8月31日(日) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

ステップビート プラス

【担当者】 松嶋玲子



CHECK!



ステップジャムだと難しすぎる、、
でもビートだと物足りない、、そんな方に!

【内容】

ステップビートより少しプラス
した内容、
まさに、『松嶋スタイル!!』の
レッスンです。
ステップをさらに楽しみたい方、
松嶋IRのスペシャルなレッスンを
楽しみましょう!

【開催要項】

7月 3日・10日・17日・24日・31日(全5回)
8月 14日・21日・28日(全3回)
9月 4日・11日・18日・25日(全4回)
曜日 木曜日
時間 13:20~14:20

場所 Aスタジオ
定員 32名(最少催行人数8名)
料金 全3回 3,300円
全4回 4,400円
全5回 5,500円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 6月20日(金)12:00~
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月21日(月)22:15~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 7月31日(金)22:15~
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

申込締切 7月分…6月30日(月) 8月分…8月11日(月) 9月分…9月1日(月) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

スキルアップ & フォームチェック

CHECK!



スキルアップを目指したい方、
佃の優しいレッスンをお届けします！

【担当者】 佃啓輔



【内容】

ご自身のスイムレベルアップを目指すクラスです。
月ごとに内容を変え、より丁寧に細かくお伝えしていきます。
レベルに合わせたレッスン提供いたします。

7月

『クロール』

8月

『バタフライ』

9月

『背泳ぎ』

【開催要項】

7月 6日・13日・20日・27日(全4回)
8月 3日・10日・17日・24日・31日(全5回)
9月 7日・14日・21日・28日(全4回)

曜日 日曜日

時間 13:30~14:30

場所 プール

定員 12名(最少催行人数3名)

料金 全4回 8,800円

全5回 11,000円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 6月22日(日)22:15~
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月18日(金)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 7月20日(日)22:15~
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ
… 8月24日(水)22:15~

申込締切 7月分…7月2日(水) 8月分…7月30日(水) 9月分…9月3日(水) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

ZUMBA60

【担当者】 勝野久美



45分では物足りない！
せっかくなら60分たっぷり踊りたいという方

【内容】

通常クラスより4～5曲多い
たっぷり60分。
良い曲ばかりを厳選して行う
スペシャルなZUMBAクラス。

ダンス歴を生かしたキュートで
ファンキーなレッスン。
とにかく楽しいZUMBA60分
クラスです！
初心者の方も大歓迎です

【開催要項】

7月 2日・9日・16日・23日(全4回)
8月 20日 (全1回)
9月 3日・10日・17日・24日(全4回)

曜日 水曜日

時間 19:00～20:00

場所 Aスタジオ

定員 40名(最少催行人数9名)

料金 全1回 1,100円
全4回 4,400円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア …6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム・プール/都度/マイページ

…6月20日(金)12:00～
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア …7月27日(金)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム・プール/都度/マイページ

…8月6日(水)22:15～
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア …8月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム・プール/都度/マイページ
…8月20日(水)22:15～

申込締切 7月分…6月29日(日) 8月分…8月17日(日) 9月分…8月31日(日) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

太極剣

【担当者】 今野美加江



CHECK!



- ・太極拳の動きに慣れてきた方
- ・さらにスキルアップを目指したい方

【内容】

さまざまな拳法を身に付けます。
剣の使い方が上達すると、太極拳
での型の動きも格段に美しくなり
ます。
太極拳に慣れてきた方、中級者向
けのレッスンとなります。
スキルアップのチャンス！

★剣のお預かりについて★
毎月 月初に660円 フロントにて
お支払いをお願い致します

【開催要項】

7月 1日・8日・15日・22日・29日 (全5回)
8月 12日・19日・26日 (全3回)
9月 2日・9日・16日 (全3回)

曜日 火曜日
時間 14:55～15:55
場所 Aスタジオ
定員 20名(最少催行人数5名)

料金 全3回 4,950円
全5回 8,250円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 6月20日(金)12:00～
【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月19日(土)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

… 7月29日(火)22:15～
【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

申込締切 7月分…6月28日(土) 8月分…8月9日(土) 9月分…8月30日(土) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%
返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

何歳になっても 快適に動けるための 足裏コンディショニング

【担当者】 松尾タカシ



- ・足のトラブルでお悩みの方
- ・将来の歩行能力に不安を感じる方
- ・今以上に運動能力を向上させたい方

内容

専用のツールを活用し、
「足部筋群の柔軟性」、
「筋力」、
「感覚神経」を整え、
足部の3つのアーチ能力を
向上させることで足裏の機能を
回復、向上させていきます。

【開催要項】

7月 5日・12日・19日・26日(全4回)
8月 2日・9日・16日・23日・30日(全5回)
9月 6日・13日・20日・27日(全4回)

曜日 土曜日
時間 13:30~14:30
場所 Bスタジオ
定員 10名(最少催行人数5名)

料金 全4回 8,800円
全5回 11,000円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 6月21日(土)22:15~

【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月18日(金)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 7月26日(土)22:15~

【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月23日(土)22:15~

申込締切 7月分…7月1日(火) 8月分…7月29日(火) 9月分…9月2日(火) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

Fithop

R I L L I Z

【担当者】 MIKA



・ダンスレッスンにご参加の方・興味のある方

【内容】

ヒップホップムーブベースのダンスフィットネスです。
K-POP や 世界中のヒット曲で、
盛り上がりましょう！
誰にでも簡単に出来ます。
筋トレ効果もあり、みんなで楽しみ
ましょう。

【開催要項】

7月 5日・12日・19日・26日

曜日 土曜日
時間 11:30～12:15
場所 Bスタジオ
定員 17名(最少催行人数6名)

料金 各1回 1,100円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【5日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 6月21日(土)22:15～
【12日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月20日(金)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 6月28日(土)22:15～
【19日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6月25日(水)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 7月5日(土)22:15～
【26日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月2日(水)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 7月12日(土)22:15～

申込締切 5日分…7月1日(火) 12日分…7月8日(火)
19日分…7月15日(火) 26日分…7月22日(火) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%
返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

Fithop

R I L L I Z

【担当者】 MIKA



・ダンスレッスンにご参加の方・興味のある方

【内容】

ヒップホップムーブベースのダンスフィットネスです。

K-POP や 世界中のヒット曲で、盛り上がりましょう！

誰にでも簡単に出来ます。
筋トレ効果もあり、みんなで楽しみましょう。

【開催要項】

8月 2日・9日・16日・23日

曜日 土曜日

時間 11:30~12:15

場所 Bスタジオ

定員 17名(最少催行人数6名)

料金 各1回 1,100円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【2日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月20日(日)22:15~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

…7月20日(日)22:15~
【9日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月20日(日)12:00~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

…7月26日(土)22:15~
【16日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月23日(水)22:15~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ

…8月2日(土)22:15~
【23日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月30日(水)22:15~
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ
…8月9日(土)22:15~

申込締切 2日分…7月29日(火) 9日分…8月5日(火)
16日分…8月12日(火) 23日分…8月19日(火) 23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%

返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。

Fithop

R I L L I Z

【担当者】 MIKA



・ダンスレッスンにご参加の方・興味のある方

【内容】

ヒップホップムーブベースのダンスフィットネスです。
K-POP や 世界中のヒット曲で、
盛り上がりましょう！
誰にでも簡単に出来ます。
筋トレ効果もあり、みんなで楽しみ
ましょう。

【開催要項】

9月 6日・13日・20日

曜日 土曜日
時間 11:30～12:15
場所 Bスタジオ
定員 17名(最少催行人数6名)

料金 各1回 1,100円

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日 【6日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)12:00～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月23日(土)22:15～
【13日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(水)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 8月30日(土)22:15～
【20日分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月27日(水)22:15～
スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ … 9月6日(土) 22:15～

申込締切 6日分…9月2日(火) 13日分…9月9日(火) 20月分…9月16日(火)23:59まで
(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%
返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。