

スタジオレッスンスタジオ

動きたくなる身体を作りませんか?
新規オープンスタジオで
一緒にスタートを切りましょう!

START!

4月スタートレッスン ヨガ ピラティス エアロビクス
トランポリン フラダンス キックボクシング

曜日	時間	レッスン	インストラクター	内容
	10:30~11:30	リフレッシュエアロビクス	Akiko	楽しく動いてストレス発散! たくさん汗をかきましょう!!
月曜	13:30~14:30	リラックスヨガ	NORI	穏やかな呼吸と共に全身をほぐし癒しましょう。
	14:45~15:45	優しいヨガトレ	NORI	身体をやさしく「初級」ツツに動かすことで元気度アップ!
火曜	10:30~11:30	Let's Jump(トランポリン)	AKI	音楽に合わせてミニトランポリンの上でエクササイズ!
	19:15~20:15	アンチエイジングヨガ	Satomi	軽やかに動ける身体、ベストコンディションへと導きます。
	20:30~21:30	リフレッシュ&リラックス(ヨガ)	Satomi	凝りや疲れを改善。全身を緩めほぐし整え、代謝アップ!
水曜	10:00~11:00	チェアヨガ	NORI	イスを使ったヨガ。床に座るのが苦手な方にオススメ!
	11:30~12:30	リラックスヨガ	NORI	穏やかな呼吸と共に全身をほぐし癒しましょう。
	20:30~21:30	夜ヨガ	NORI	深い呼吸とリラックスを誘うヨガ。明日への元気を充電。
木曜	10:00~11:00	フラダンス カリコオカラニ le'ale'a	KUMIKO	ハワイアンミュージックに合わせて基本から丁寧に。
	11:30~12:30	ピラティス	Sachiko	姿勢改善・骨盤などを調整。産後ママにもオススメ!
	19:45~20:45	アナトミーキック(キックボクシング)	太陽	空手ベースのキックボクシング。現役ファイターが指導!!
金曜	12:30~13:30	肩こり腰痛改善癒しヨガ	Satomi	凝りや疲れを改善。全身を緩めほぐし整え、代謝アップ!

マメに動きたい方は
A会員!!
A+Bで月6回
でもOK!!
『まずはお試しで』
という方は**B会員!!**

スタジオA会員
月額6,600円

月4回
お好きなレッスンを
受講可能

スタジオB会員
月額3,300円

月2回
お好きなレッスンを
受講可能

※月会費以外に、
入会金3,300円と
年会費3,300円が
別途必要です。

※レッスンは予約制です。
会員専用アプリより
予約可能。

※ジム会員と同時に
スタジオ会員になると
ジム会費が1,100円オフ
になります!

体験レッスン受付中!

体験料500円
お一人1回とさせていただきます。
体験申込フォームよりお申込みください→



wellart ウェルアート メディケアスポーツジム
Medicare Sports Gym

お問い合わせについて

LINE公式アカウントのチャットまたはHPのお問い合わせフォームをご利用ください。

LINE公式アカウント @462eirvw

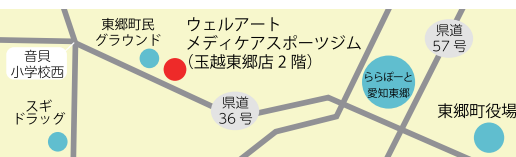
HP <https://ms-gym.wellart.co.jp/>

TEL 070-2212-5990(平日9~16時)



アクセス

愛知県東郷町春木白土1-22(玉越東郷店2階)



◆ 玉越店内は通りません ◆

駐車場は玉越東郷店駐車場をご利用いただけます。
ジム入口は玉越建物東口よりお入りください。
立体駐車場は屋上まで上がっていただき、一番東側の
入口からお入りください。

