

12月サービス受付用紙

会員番号

名前

火	水	木		土	日
ピラティス	健美操	運動不足解消ヨガ 12:45~13:30	ZUMBA 14:00~14:45	骨盤矯正	ZUMBA
予約数 2回	2回	2回	制限なし	1回	制限なし
					1
3	4	5	5	7	8
10	11	12	12	14	15
17	18	19	19	21	22
休館日	25	26	26	28	

予約日当日の流れ

8:30~ 予約表配布

10:00~ 受付開始

8:30~10:00の間、
ジムの混雑が予想されます

2025年
1月サービス
プログラム
予約日

12/20

※12月29日(日)~1月4日(土)は **年末年始休館日**

12月サービスプログラム代講のお知らせ

12/13(金)

代講

機能改善体操
牧野
↓
すっきり体操
奥田

代講

ボディケア
牧野
↓
やさしいフィーリングヨガ
奥田

◎サービスプログラム参加の注意事項◎

①サービスプログラム一覧の

※付プログラムの開始時間に
連絡がない! その場にはいない! 場合
当日キャンセル枠として枠を開放
(キャンセルの際は電話連絡をお願いします)

②小アリーナの開放は15分前

③骨盤矯正の受付時間

レッスン開始は14:00
13:55までに受付完了 マットで待機
※キャンセルの場合は13:55までに電話連絡をお願いします

④必ずサービスプログラム前に

トレーニングジムに入館してください

※プログラム開始後は入室不可

原池公園体育館 TEL 072-278-1004