

1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
※12月29日~1月4日は年末・年始休館日					5
7	8	9	9	11	12
14	15	16	16	18	19
21	22	23	23	25	26
休館日	29	30	30		

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
2月サービス
プログラム
予約日
1/24 (金)

1月サービスプログラム休講・代講お知らせ

1/13 (月・祝)	1/21 (火)	1/27 (月)
リフレッシュケア体操 休講	代講 らくちんエアロ 堀口 ↓ やさしい筋トレ 奥田	ヒップホップダンス 休講
機能改善ヨガ 休講		
FAT BURN ○		
ヒップホップダンス ○	○・・・サービスあり	
ZUMBA 祝日のためなし		休講・・・サービスなし

◎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