

# 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
<b>※12月29日~1月4日は年末・年始休館日</b>					<b>休講</b>
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

## 1月サービスプログラム休講・代講お知らせ

1/5 (日)	1/13 (月・祝)	1/21 (火)	1/27 (月)
ZUMBA	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
休講	機能改善ヨガ 休講		
	FAT BURN ○		
	ヒップホップダンス ○		
	ZUMBA 祝日のためなし		

○・・・サービスあり  
 休講・・・サービスなし

※プログラム開始後は入室不可

2025年  
 2月サービス  
 プログラム  
 予約日  
**1/24 (金)**