

# ANC アリーナ バーチャル室 無料体験会

2/16  
(日)

- ◆持ち物 動きやすい服装、タオル、ヨガマット(アースヨガのみ)
- ◆申込み 有人レッスンのみ要予約、窓口または電話で申し込み



レッスン講師  
綾部 康平

ミズノスポーツサービス(株)

9:15	①有人レッスン	45分	15:40	トランポリン	30分
10:20	ファイドゥ	30分	16:20	ラテンダンス	30分
11:00	②有人レッスン	30分	17:00	ピラティス	30分
11:50	トランポリン	30分	17:40	ヨガ	30分
<del>12:00</del>	<del>HIIT</del>	<del>30分</del>	18:20	HIIT	30分
13:00	③有人レッスン	45分	19:00	ダンス	30分
14:00	やさしいフィット	15分	19:40	トランポリン	30分
14:30	④有人レッスン	30分	20:20	エアロビクス	30分

## 有人レッスン

- ①アースヨガ
- ②メガダンス
- ③アースヨガ
- ④ファイドゥ

話題のバーチャル室が無料で体験できます！



ANC アリーナ  
TEL:0263-73-1600

〒399-8204  
安曇野市高家4500-1



ホームページ



Instagram