

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	ファイドウ	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
12：00	HIIT	30 分	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ファイドウ

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