

25年度

MIZUNO SPORTS SCHOOL 

ウェルピアながいずみ

リズムシェイプアップ



ご利用案内

- 日 程：月曜日開催 ※詳しくは裏面をご確認ください。
- 場 所：アリーナ 半面
- 時 間：11:15～12:15
- 参加費：1回：700円
- 定 員：20名
- 対 象：18歳以上
- 持ち物：動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物を持参してください。

プログラム内容

音楽に合わせて簡単なステップやエクササイズを行います。
初心者の方でも大丈夫です。

*お申込みの際必要な個人情報は厳重に管理いたしますが、当グループイベント案内等を送付する場合があります。ご了承ください。



ウェルピアながいずみ

TEL：055-989-5510

〒411-0933

静岡県駿東郡長泉町納米里549

●営業時間 8:30～21:30

●休館日 毎月第3月曜日
(祝日の場合は開館)
年末年始



施設インスタ
フォローお願いします

2025年度 リズムシェイプ

| 4月 | | | | | | | 5月 | | | | | | | 6月 | | | | | | | 7月 | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | | | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 29 | 30 | | | | | | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

| 8月 | | | | | | | 9月 | | | | | | | 10月 | | | | | | | 11月 | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | 1 | 2 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | | | 1 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 28 | 29 | 30 | | | | | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 31 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 30 | | | | | | |

| 12月 | | | | | | | 1月 | | | | | | | 2月 | | | | | | | 3月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | | | | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | | | | | | 29 | 30 | 31 | | | | |

合計 32

※会場の都合により開催が出来ない場合がございますので予めご了承下さい。

休館日

<申込について>

ご予約は、『ミズノビズマネージャー』へ予約システムよりお願いいたします。

・事前予約制です。申し込みは毎月1日から次月分の申込を開始致します。

先着順になります。空きがあれば当日参加可能です。

申込は完全ネット予約となります。下記QRコードからお申込みください。



【会員情報登録】

<お支払いについて>

・お支払いは当日現金のみとなります。総合受付にてお支払いください。

<服装について>

・動きやすい服装、室内シューズをご用意ください。

タオル、飲み物(ふた付のもの)をご用意ください。

<その他注意事項など>

・天候やコロナ関係により休講になる場合がございます。

・休講かどうかの判断が難しい場合はウェルピアながいすみまでお問合せください。

・更衣後の衣類・所持品は、コインロッカー（返金式）をご利用ください。

貴重品は持ち込まないようお願いします。盗難があった場合、

当施設は一切責任を負いません。

・体調には十分ご留意ください。体調の悪い時は無理をしないでください。

・受講料の返金は原則として致しませんので予めご了承ください