

ウォーターパレス K C スタジオレッスン

2026年3月度

曜日	レッスン名	担当	時間	開講日	定員
月	脂肪燃焼エアロ	砂田	10:00~10:50	2・9・16	〇〇〇・余裕あり
	バレトン	shino	19:00~19:45		〇〇〇・余裕あり
	ザ・スローリンパドレナージュ	shino	20:00~20:45		〇〇〇・余裕あり
火	ZUMBA	戸田	10:00~10:45	3・10・17・24	△〇〇・残りわずか
	バレトン	戸田	11:00~11:45		〇〇〇・余裕あり
	ボクシングエクササイズ	金沢	19:00~19:45		〇〇〇・余裕あり
	カラダメンテナンス	金沢	20:00~20:45		〇〇〇・余裕あり
水	ボールボクササイズ®・	中谷	10:00~10:45	4・11・18・25	〇〇〇・余裕あり
	ポールとヨガ	水野	11:00~12:00		△〇〇・残りわずか
	コンビネーションエアロ	HAL	19:00~19:45		〇〇〇・余裕あり
	ZUMBA	HAL	20:00~20:45		△〇〇・残りわずか
木	季節のヨガ	山田	11:15~12:15	5・12・19・26	△〇〇・残りわずか
	ステップサーキット	金沢	13:30~14:15		〇〇〇・余裕あり
	カラダメンテナンス	金沢	14:30~15:15		〇〇〇・余裕あり
	バレトン	shino	19:00~19:45		△〇〇・残りわずか
	ザ・スローリンパドレナージュ	shino	20:00~20:45		〇〇〇・余裕あり
金	スキルアップステップ	嶋田	14:15~14:55	休講	〇〇〇・余裕あり
	シェイプアップステップ	嶋田	15:05~15:50		〇〇〇・余裕あり
	チャレンジステップ	嶋田	16:00~16:45		〇〇〇・余裕あり
	脂肪燃焼エアロ	渡辺	19:00~19:45	6・13・20・27	〇〇〇・余裕あり
	ミニボールdeピラティス	渡辺	20:00~20:50		〇〇〇・余裕あり
土	ヨガ	知香江	11:00~12:00	7・14・21・28	〇〇〇・余裕あり
日	ピラティス	shino	13:30~14:15	1・8・15・22	〇〇〇・余裕あり

・ 3月31日（火）は 4月度レッスンとなります。

- ・ 退会をご希望される場合は、 当月10日 までに窓口にてお手続きください。
- ・ 上記記載の定期レッスンの変更をご希望される場合は、 前月10日 までに窓口にてお手続きください。
- ・ なお、振替レッスンはございませんので、あらかじめご了承ください。
- ・ 特別レッスンにつきましては、別紙をご確認ください。