

# 登録制有料スタジオプログラム ソプラティコ狭山 2023年7月1日～

登録制スタジオ

月	火	水	木	金
<p><b>ラジオ体操 昇降運動45</b></p> <p>時間 9:15～10:00 担当：清美 2,200円/月 ラジオ体操と簡単な昇降運動で汗をかきましょう！初めての方でも無理なく出来ます！</p>	<p><b>ストレッチ/気功体操 24式太極拳</b></p> <p>時間 9:30～10:30 担当：舟木 4,400円/月 +15分32式太極拳 5,500円/月 初めての方も大歓迎！+15分では32式太極拳も練習します！</p>		<p><b>ラジオ体操 有酸素運動45</b></p> <p>時間 9:15～10:00 担当：清美 2,200円/月 ラジオ体操と簡単な有酸素運動で気持ちの良い汗をかきましょう！</p>	<p><b>入門エアロビクス60</b></p> <p>時間 9:00～10:00 担当：山田 5,000円/月 体力やリズム感到に自信がなくても大丈夫！入門エアロなら体を動かす事が楽しくなります♪</p>
<p><b>ハワイアン60</b></p> <p>時間 11:15～12:15 担当：Yoshimi 5,500円/月 ハワイのゆったり癒しのリズムに乗せて心と身体をリフレッシュしませんか？お気軽にご参加下さい♪</p>	<p><b>ZUMBA60</b></p> <p>時間 11:00～12:00 担当：めぐみ 4,400円/月 ラテン系の音楽を中心にダンスとフィットネスを融合させたダンスレッスンです！ 脂肪燃焼効果、抜群です♪</p>	<p><b>初級/初中級エアロ</b></p> <p>時間 10:45～11:45 担当：水上 4,400円/月 脂肪燃焼や全身持久力アップ！ 楽しく体を動かして気持ちのいい汗をかきませんか！</p>		<p><b>ヨガ 60</b></p> <p>時間 10:30～11:30 担当：山田 4,400円/月 整体通いから卒業したい！腰痛・猫背・巻き肩を改善していきたい方にお勧めです！</p>
<p><b>フローヨガ60</b></p> <p>時間 12:45～13:45 担当：レイコ 5,500円/月 色々なポーズを楽しみながら、全身の筋肉調整、柔軟性や血流アップに！</p>	<p><b>新井清美フラメンコ 舞踊教室60</b></p> <p>時間 13:00～14:00 担当：Kiyomi 4,400円/月 フラメンコをやってみたくて迷われている方、是非一緒に一歩踏み出してみませんか？</p>		<p><b>ストレッチ/気功体 32式太極拳</b></p> <p>時間 12:45～13:45 担当：舟木 4,400円/月 +15分42式太極拳 5,500円/月 気功体操により気血を促進し、32式太極拳を習得しましょう。</p>	<p><b>中級エアロ60</b></p> <p>時間 12:00～13:00 担当：中山 4,400円/月 基礎の動きから発展する動きを様々なバリエーションを楽しんでいきます♪中上級向け☆</p>
	<p><b>リラックスヨガ60</b></p> <p>時間 14:30～15:30 担当：安藤 4,400円/月 ゆったりとした呼吸で身体を動かして心と体のバランスを整えていきましょう！</p>		<p><b>オリジナルステップ60 (中～上級)</b></p> <p>時間 14:30～15:30 担当：村田 4,400円/月 ステップ台で様々な方向を使ったオリジナルクラスです！ステップを楽しみたい方にお勧め</p>	

■料金表(税込)

入会金	5,500円
-----	--------

※只今ご入会いただくと入会金無料です！

■会費

各クラス設定料金
----------

月謝制
-----

■体会費

1ヶ月	1,100円
-----	--------

●定休日：土・日・祝日  
※土・日・祝日は休館日となります。月4回のレッスンが基本となり、祝日や講師都合でお休みになった場合、5週目がある月への振替、または講師のレッスン可能日への振替を実施致します。

●お客様の都合によりお休みの場合は振替レッスン・返金は出来ません。

●待合・駐車場について  
館内に待合スペースはございません。  
駐車場につきましては建物側裏駐車場10台、正面4台をご利用頂けます。

■都度利用/1回料金

4,400の レッスン	1,600円
5,000の レッスン	1,800円
5,500の レッスン	2,000円

2023年7月～登録制有料スタジオプログラム(7月1日～開講クラス)  
※お一人様1クラスに対して月謝制となります。※レッスンは年間カレンダーをご確認下さい。  
※レッスン開始15分前からご入室可能です。レッスン終了15分以内にご退室下さい。  
※都度利用については、その都度、現金またはQRコード決済でお支払い頂けます。  
※スタジオ以外の施設はご利用頂けません。(ロッカー、お風呂、ラウンジはなくなります)

ご見学・ご体験は  
お問い合わせください

