

2021年(令和3年)

10月

さわやかフラザ軽井沢

日	月	火	水	木	金	土
<p>緑文字はすべてフロア教室名となります。会員制ではなく1回ずつの参加となりますので、どなたでもご参加頂けます。 ※(高校生以上) ☆◎◇●■□印の教室は連続受講可能(2教室受講可) ※各教室参加料についてはレッスンスケジュール表にてご確認ください。</p>					<p>1 ●フットストレッチ ●ヨガ ◇骨盤調整 ◇リズム体操</p>	<p>2 ■太極拳D ■太極拳E ヨガ</p>
<p>3</p>	<p>4 休館日</p>	<p>5 健康体操 ☆フットストレッチ ☆ヨガ ヨーガ療法</p>	<p>6 ストレッチヨガ 骨盤調整ヨガ ベーシックヨガ ラウンドフィットネス</p>	<p>7 ◎ウェーブ & ビーフェイス ◎ウェーブ & ヨガ □太極拳A □太極拳B □太極拳C</p>	<p>8 ●フットストレッチ ●ヨガ ◇骨盤調整 ◇リズム体操</p>	<p>9 ■太極拳D ■太極拳E ヨガ</p>
<p>10 ヨガ90</p>	<p>11 休館日</p>	<p>12 健康体操 ☆フットストレッチ ☆ヨガ ヨーガ療法</p>	<p>13 ストレッチヨガ 骨盤調整ヨガ ベーシックヨガ ラウンドフィットネス</p>	<p>14 ◎ウェーブ & ビーフェイス ◎ウェーブ & ヨガ □太極拳A □太極拳B □太極拳C</p>	<p>15 ●フットストレッチ ●ヨガ ◇骨盤調整 ◇リズム体操</p>	<p>16 ■太極拳D ■太極拳E ヨガ</p>
<p>17 ヨガ90</p>	<p>18 休館日</p>	<p>19(教室無料体験デー) 健康体操 ☆フットストレッチ ☆ヨガ ヨーガ療法</p>	<p>20(教室無料体験デー) ストレッチヨガ 骨盤調整ヨガ ベーシックヨガ ラウンドフィットネス</p>	<p>21(教室無料体験デー) ◎ウェーブ & ビーフェイス ◎ウェーブ & ヨガ □太極拳A □太極拳B □太極拳C</p>	<p>22(教室無料体験デー) ●フットストレッチ ●ヨガ ◇骨盤調整 ◇リズム体操</p>	<p>23(教室無料体験デー) ■太極拳D ■太極拳E ヨガ</p>
<p>24(教室無料体験デー) ヨガ90 31 ヨガ90</p>	<p>25 休館日</p>	<p>26 健康体操 ☆フットストレッチ ☆ヨガ ヨーガ療法</p>	<p>27 ストレッチヨガ 骨盤調整ヨガ ベーシックヨガ ラウンドフィットネス</p>	<p>28 ◎ウェーブ & ビーフェイス ◎ウェーブ & ヨガ □太極拳A □太極拳B □太極拳C</p>	<p>29 ●フットストレッチ ●ヨガ ◇骨盤調整 ◇リズム体操</p>	<p>30 ■太極拳D ■太極拳E ヨガ</p>

※内容は変更される場合がありますのでご了承ください。ご不明な点等はお問い合わせください。

浴室天井改修工事の為、浴場はご利用できません

今月のイベント&お知らせ

- 10/1(金)~31日(日)ハロウィン塗り絵 募集・展示
- 10/19(火)~24日(日)フロア教室無料体験ウィーク!
※受付方法は通常教室と同様当日30分前からとなります。
連続受講可能教室(☆◎◇●■マークの教室)の2本目は
時間前に定員に達する場合があります。
※無料体験会のみのご利用の場合、入館料がかかります。
※ご不明な点等はお問い合わせください。
- 10/31日(日)ハロウィンイベント開催
小学生以下のお子様お菓子プレゼント(先着100名)



- ★癒処「スマイル治療院」
- ・ボディケア 15分 1,080円! ・ポイントカードサービス実施中
- ・フェイシャルエステ 30分 2,980円
- 「スマイルキャンペーン15」開催!! 15分お好きな部位をほぐします。
希望の部位を15分間ほぐします。料金1,100円
開店時間:水曜日 11:00~16:00

浴室天井改修工事のため、浴場のご利用が出来ません。それに伴いまして更衣室内シャワーブースの混雑が予想されます。お手持ちのシャンプー・ボディソープのご利用は可能となっておりますが、長時間のご利用はご遠慮いただき、なるべく多くの方がご利用出来るようご配慮願います。ご不便、ご迷惑をお掛け致しますがご理解・ご協力お願い致します。



プール・トレーニングルームご利用の皆様へ
現在、人数制限によりご不便をお掛けしております。なるべく多くの皆様にご利用いただけますよう2時間以内でのご利用にご協力をお願い致します。

