

メノポーズケア (受付フロント1F)

メノポーズケア	水	12:45~14:15	月4回	6000円
---------	---	-------------	-----	-------

※1回1500円での参加も可。受講費はフロントまでお支払いください。

気功教室 (受付フロント1F)

健康気功体操	金	10:00~11:00	1回	1050円
--------	---	-------------	----	-------

※1回参加ごとに予約、受講費はフロントまでお支払いください。

健康管理プログラム (受付フロント1F)

健康管理 プール&スタジオ	月	プール	13:40~14:45	月4回	5800円
	火	スタジオ	10:00~11:00		月8回
	土	プール	9:15~10:15		
健康管理スタジオ	火	10:00~11:00		1回	1300円

※体調に合わせて、プールとスタジオ自由によべます。

※健康管理スタジオは1回1300円での参加も可。受講費はフロントまでお支払いください。