

# スタジオカーム プログラム

11月1日～28日の期間

**全クラス  
無料体験  
実施中!**

 **マークは新クラス**

**KIDS 英会話の対象は  
小学1年生～2年生!  
初めて英語を習うお子様に  
ピッタリです!(^)!**

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:00 ～ 11:50	健康体操教室 ハピウェル					9:30～10:45 大人のバレエ 初心者の方もどうぞ!	9:00～10:15 太極拳 心と体を健康に!
12:00 ～ 13:00	オリジナルヨガ バランスよく全身を使うヨガレッスン	社交ダンス 基本姿勢、歩き方から始めるクラス	ベーシックピラティス カラダにやさしく、体幹をきたえます	カキラ (ろっ骨exe) ろっ骨を動かして身体機能を改善します	瓦 遠赤外線ヨガ 温かい瓦を使う日本初の部分的ホットヨガ	11:00～12:15 リラックスヨガ 心身の不調を改善する	10:30～11:45 ベリーダンス シェイプアップ!
13:00 ～ 15:00	健康体操教室 ハピウェル						13:15～14:30 フラダンス 心はハワイアン!
Evening 1本目	15:30～17:00 大人のバレエ 大人でも始められる!	15:30～16:30 モダンバレエ (園児～小1) バレエは一生の宝物	16:00～17:00 KIDS 英会話 小1～小2 楽しく English!		15:00～16:30 モダンバレエ (園児～小1) のびのびバレエの基礎	14:45～16:00 カキラ (ろっ骨exe) ろっ骨で自分を知る	
2本目		16:35～17:50 モダンバレエ (小2～小6)			16:35～17:50 モダンバレエ (小2～小6)		
3本目		18:00～19:15 モダンバレエ (中学生～)	18:30～19:45 初めてのベリーダンス 今からでも大丈夫!	18:30～19:45 ボディケアピラティス 美しい姿勢で気持ちよく	18:00～19:15 モダンバレエ (中学生～)		
4本目		20:00～21:15 ハタヨガ カラダにやさしいヨガ	20:00～21:15 ピラティス・コデ イヨング 心と体を整える	20:00～21:15 アロマヨガ アロマとヨガの相乗効果	19:30～20:45 クリパルヨガ 呼吸とポーズで意識を		

11月28日まで  
入会金、年会費  
**100%OFF**  
月会費初月  
**50%OFF**

料金プラン(税込)  
入会金 ~~10,450円~~  
年会費 ~~2,090円~~  
月会費  
60分クラス 6,600円  
70分クラス 6,820円

Studio Calm

Tel:046-873-7750

・営業時間：平日 9:00～レッスン終了時間 (曜日によって異なります)  
土日 9:00～16:15

・休館日：祝日、月末日、第5週目レッスン

〒249-0006 逗子市逗子 1-2-22 オークマンション 2F

