

2018.10.25~31

HAPPY HALLOWEEN!



仮装フェス!! in南長野運動公園



HAPPY HALLOWEEN! 各レッスンで仮装をしながら“カラダ”を動かしてみませんか?

↓↓ 仮装フェス日程はこちら ↓↓

- 日 時：10月25日（木）～10月31日（水） ※詳細は下記①参照
- 場 所：南長野運動公園 体育館・プール棟（スタジオ）
- 参加資格：スタジオレッスン参加者 ※仮装をしなくても参加可能です!!
- 参加費：スタジオ参加券（1回600円） ※クラブ会員は無料!!
- 特 典：各レッスンの仮装グランプリの方は…

①南長野運動公園 1日利用券（プール・トレーニング・各レッスン）2枚贈呈!!

②AC長野パルセイロホームゲーム観戦チケット贈呈!!（TOP&LADIES 各1枚づつ 計2試合分）

※審査は2名以上の施設スタッフにより決定いたします!!

①参照↓↓

	25日（木）	26日（金）	27日（土）	28日（日）	29日（月）	31日（水）
9:00-9:15	9:30-10:20(50) バレエ エクササイズ					
10:00-10:15	10:30-11:15(45) 中級エアロ		10:15-11:00(45) かんたんステップ			
11:00-11:15	11:30-12:15(45) かんたんステップ	11:15-12:00(45) エンジョイ エアロ	11:15-12:00(45) ラテンエアロ		11:00-11:45(45) ピギナーエアロ	
12:00-12:15	12:30-13:15(45) バランス コーディネーション	13:00-13:45(45) スリムキック ボクシング	13:00-13:45(45) ウェーブリング	12:45-13:45(60) ステップマニア	12:45-13:30(45) やさしいエアロ	12:00-12:50(50) BAILA BAILA
13:00-13:15	13:30-14:15(45) ZUMBA	14:00-14:45(45) 中級エアロ				
14:00-14:15	14:30-15:20(50) 中級エアロ	15:00-15:45(45) スリム シェイプ				14:00-14:45(45) かんたんステップ
15:00-15:15		16:00-17:00(60) ルーシーダットン				
16:00-16:15					15:50-16:50(60) ベリーダンス	
17:00-17:15				17:00-18:00(60) BAILA BAILA		
18:00-18:15		17:35-18:20(45) お楽しくDANCE♪				
19:00-19:15	19:10-20:10(60) BAILA BAILA				19:00-19:45(45) ピラティス45	
20:00-20:15	20:20-21:05(45) 中級ステップ				20:00-20:50(50) DDD ハウスワークアウト	
21:00-21:15	21:15-22:00(45) 初級エアロ				21:00-22:00(60) Hip-Hop	20:45-21:30(45) ステップ （初・中）
22:00-22:15						21:40-22:30(50) 中級エアロ

AC長野パルセイロを 皆で盛り上げようぜ!!

AC長野パルセイロ ホームゲーム日程

10月28日（日）	13:00 kick off vs FC琉球
11月3日（土）	13:00 kick off vs アルビレックス新潟レディース
11月11日（日）	13:00 kick off vs セレッソ大阪U-23
12月2日（日）	13:00 kick off vs グルージャ盛岡

TOPチーム



AC NAGANO
PARCEIRO

LADIESチーム

10月下旬は
HALLOWEEN仮装で
南長野に集合じゃ!!

お問合せはこちら

(026)293-4048

シンコースポーツ株式会社