

①【月曜日開催】

◆10歳若返り教室

アクアビクスとストレッチの組み合わせで充実度UP!

深層水のまるやかさが肌にも心にも溶け込んでアンチエイジングに効果あり。

定員 10名(女性限定)要予約

月曜日開催／9:30～11:00

1期 4・5・6月(全9回)

2期 7・8・9月(全9回)

3期 10・11・12月(全9回)

4期 1・2・3月(全9回)

料金 各1期 6,000円

(別途ダイナミックゾーン料金必要)

教室登録の際には、タラソピアクラブへの入会登録が必要です。

◆アクアビクス教室

アクアビクス(水中運動)のみのコースです。運動後はそのままダイナミックゾーンをご利用いただけます。

定員 5名(女性限定)要予約

月曜日開催／9:30～10:00

※上記の「10歳若返り教室」のアクアビクスのみにご参加いただきます。開催日も「10歳若返り教室」と同じです。

料金 各1期 3,000円

(別途ダイナミックゾーン料金必要)

②【木曜日開催】

◆代謝アップ!教室

エアロゾール内でストレッチとエアロビクス、

また週替わりで筋トレも取り入れます!

最近、体重が落ちないと悩みの方に。

定員 8名(男女可)要予約

木曜日開催／10:15～11:45

1期 4・5・6月(全9回)

2期 7・8・9月(全9回)

3期 10・11・12月(全9回)

4期 1・2・3月(全9回)

料金 各1期 6,000円



教室登録の際には、タラソピアクラブへの入会登録が必要です。