

## ■ 持物 ■

・運動できる服装、室内シューズ、タオル、水分補給用飲み物

※お持ち物には、すべてお名前を記入してください。

## ■ 当日の流れ ■

1. レッスン開始時刻20分前から2階キッズフロントから来場いただき  
4階アリーナにて受付開始

2. 準備が終わり次第アリーナにてお待ちください。

※保護者様もその場で見学いただくか、ギャラリーでお待ちください。

3. レッスンは50分間。今回の目標達成に向けて頑張りましょう。

4. レッスン終了後、レッスンコーチからご案内等させていただきます。

5. 個別の質問ありましたら承り終了となります。

(お話の終了目安はレッスン後約30分いただきます)



運動を楽しみましょう♪