

# MDS LOHAS STUDIO SCHEDULE

## DANCE & SPORTS CONDITIONING

更新日:2018/9/20

TEL : 048-857-4868 (幸せロハス)

10月	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
9:00	LOHAS(ロハス、ローハス)とはLifestyles Of Health And Sustainability (健康と持続可能で環境に優しいライフスタイル)の略。MDS LOHAS STUDIOは、皆様に健康とライフスタイルに継続可能なDANCE と FITNESS クラスを提供いたします。						
10:00	LOHAS FITNESS キャンペーンを 10月~12月中も 実施します。 どのクラスも 1回無料体験 できます。 今すぐお電話か メールにて申込 ください。	10:00~10:30 LOHAS Circuit 大人*¥1,000 MATT	10月10日スタート! 10:00~10:45 フラダンス初級 大人*¥1,500 SATOMI	10:00~10:30 背骨コンディショニング 大人*¥1,000 山野井		10月6・27日 10:00~10:30 LOHAS Circuit 大人*¥1,000 MATT	10月13・20日 10:00~10:30 背骨コンディショニング 大人*¥1,000 山野井
11:00		10:45~11:15 80's DANCE 大人*¥1,000 MATT	10月10日スタート! 11:00~12:00 タヒチアンダンス 大人*¥2,000 SATOMI	10:45~11:15 姿勢矯正ピラティス 大人*¥1,000 山野井	11:30~12:00 筋力元氣サーキット 大人*¥1,000 山野井	10:45~11:15 80's DANCE 大人*¥1,000 MATT	10:45~11:15 姿勢矯正ピラティス 大人*¥1,000 山野井
12:00	mds.lohas.fitness@gmail.com		*10月10日は無料体験レッスン 先着15名となります。いますぐお電話を!		*土曜日の午前中はランダムなレッスン 予定となります。また、健康セミナーなど のワークショップを行います。 詳しくは、フェイスブック MDS LOHAS STUDIO をご覧ください。		
13:00	<h3>MDS創立20周年記念キャンペーン</h3> 期間:9月より10月末まで実施します。 対象クラス:リトル&ベーシッククラス(ロハス&指扇) ①入会金5,000円⇒無料 ②無料体験 ⇒ 4回(実質1ヶ月分無料) ③お友達紹介者に ⇒ チケット4枚(実質1ヶ月分) ④ <span style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 2px;">この色のクラス</span> ⇒ 地域の小中学生10月完全無料*					13:00~14:00 ベーシック 小学生以上*M 花香	
14:00	この色のクラスは日頃の感謝を込めて10月中無料で参加できます。なお11月よりチケット制クラスとなります。 この機会にお友達を誘ってご参加ください。 無料体験された方にMDSのDVDプレゼント!(数量限定) さらに、入会された方には2018年発表会記念Tシャツをプレゼントさせていただきます。 *サイズと数量は先着順とさせていただきます。是非この機会にお友達をご紹介ください。					14:00~15:00 WAACK 小学生以上*T 花香	
15:00							
16:00		リズムトレーニングや バトルの練習のクラスです	16:00~17:00 リトル 幼児*M UTAKO				
17:00	振付のないクラス 17:30~18:30 フットワーク&バトル 小学生以上*T Ryo T One	振付のないクラス 17:00~18:00 リズム&バランス 4才以上*T MATT	17:00~18:00 ベーシック 小学生以上*M UTAKO	振付のないクラス 17:30~18:30 リズム&バトル 4才以上*T MATT&KAEDE	振付のないクラス 17:00~18:00 ヒップポップ基礎 小学生以上*T UTAKO	*このクラスは、ダンス初めの方はもちろん、 ダンス基礎をレベルアップさせたいメンバー にとってもおすすめ!	
18:00	18:30~19:30 BREAKIN' 小学生以上*T Ryo T One	18:00~19:00 ベーシック 小学生以上*M HIDE	フリー練習時間	18:30~19:30 ベーシック 小学生以上*M KAEDE	18:00~19:00 レギュラーB 小学生以上*M UTAKO		
19:00		19:00~20:00 レギュラーA 小学生以上*M HIDE	19:30~20:30 JAZZ 小学生以上*T UTAKO	19:30~20:30 LOCK 小学生以上*T KAEDE	19:00~20:30 育成 JAZZHIP HOP 育成メンバー UTAKO		
20:00	20:00~21:00 BREAKIN' 中上級*T Ryo T One	20:00~21:00 HIP HOP 小学生以上*T HIDE	20:30~21:30 マスター 小学生以上*M UTAKO			20:00~21:30 育成HIP HOP 育成メンバー HIDE	
21:00						22:00 CLOSE	

\*チケットクラスは、1回1,600円 お得な回数券 10枚券12,300円(有効期限3ヶ月間)

\*T=チケット

このクラスは振付はありません。

\*M=月謝制クラス60分(月4回)

月謝5,000円

\*T=60分

チケットクラス

大人FITNESS クラス=現金でのお支払いとなります。

\*会員の保護者なら  
チケットクラスに参加可能です。  
ただし、スポーツ保険に加入していない為、  
怪傷などは自己責任となります。

\*キッズ月謝クラスについて:幼児はリトルクラス。小学生はベーシックから、スタートします。その後、ステップアップシステム  
によりレギュラーB→レギュラーA→マスターへとレベルアップを目指します。 育成や選抜クラスは、オーディションがあります。