



フィットネスクラブ
レフコ

プログラムスケジュール

2月11日(月) 建国記念の日

	フィットネススタジオ	ナチュラルスタジオ	ジム	プール	
10:00					10:00
11:00	11:15~12:00 ZUMBA 泉		11:15~11:45 サーキット		11:00
12:00	12:30~13:15 GROUP FIGHT45	12:15~13:00 ハタ・ヨーガ プリソフ			12:00
13:00	13:45~14:15 FATBURN EXTREME	13:15~14:00 かんたんエアロ 貫藤	13:15~13:45 サーキット		13:00
14:00	14:45~15:30 リトモス 辻				14:00
15:00	16:00~16:45 ハタ・ヨーガ 田上	15:15~16:30 フラダンス教室			15:00
16:00					16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00					19:00

2/11(月)の営業時間は10:00~19:00となり、トレーニング終了時間は18:30となります。

☉マークがついているものは、定員制プログラムです。

デイトタイム会員の利用時間は10:00~18:00となり、トレーニング終了時間は17:30となります。



ホットプログラムです。

祝日プログラムはホームページでもご覧いただけます → <http://www.refco.ne.jp/kurume/>