



祝日プログラムスケジュール

11月3日(火) 文化の日

	フィットネス スタジオ	ジム	
9:00			9:00
10:00			10:00
11:00	11:00~11:45 癒し&リラックス 本村	定員5名 11:30~11:50 ウォーターバック	11:00
12:00	12:15~12:45 かんたんエアロ 本村		12:00
13:00	13:15~14:00 パワーカーディオ 藤木		13:00
14:00	14:15~14:45 お腹スマート 藤木		14:00
15:00	15:00~15:45 グループファイト 服部		15:00
16:00	16:15~17:00 ユーバウンド 泉		16:00
17:00			17:00

営業時間は10:00~20:00となり、トレーニング終了時間は19:30となります。

全て30名の定員制プログラムです。
レッスン開始の30分前より参加札をジムカウンターにてお取りください。