

祝日プログラムスケジュール

5月3日(月) 憲法記念日

	フィットネス スタジオ	ジム	
10:00			10:00
11:00	★GW特別プログラム★ 11:00~11:45 初級STEP RIE		11:00
12:00	★GW特別プログラム★ 12:15~13:00 バレトン 永松		12:00
13:00			13:00
14:00	13:30~14:15 パワーカーディオ 坪内		14:00
	★GW特別プログラム★ 14:45~15:30 グループファイト KAHO		15:00
15:00			15:00
16:00	16:00~16:45 グループセンチジャー KAHO		16:00
17:00	17:15~17:45 おなか&下半身シェイプ 服部		17:00
18:00			18:00

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35名の定員制プログラムです。
レッスン参加はWEBで事前予約が必要です。