


7月 18日 (月) 海の日スケジュール

スタジオ

10:00			10:00
10:30			10:30
11:00	11 : 00~11 : 45		11:00
11:30	ZUMBA 担当 : 泉		11:30
12:00			12:00
12:30	12 : 15~13 : 00		12:30
	グループセンタジー 担当 : 山中		
13:00			13:00
13:30	13 : 30~13 : 50 ARMMASTER 担当 : スタッフ		13:30
14:00	14 : 00~14 : 20 ABMASTER 担当 : スタッフ		14:00
14:30			14:30
15:00	14 : 45~15 : 30		15:00
15:30	グループファイト 担当 : スタッフ		15:30
16:00			16:00
16:30	16 : 00~16 : 45		16:30
	体幹コンディショニング 担当 : 森田		
17:00			17:00
17:30	17 : 15~18 : 00		17:30
	メガダンス 担当 : 稲富		

- ・営業時間 10:00~20:00/トレーニング終了時間 19:30
- ・各プログラム35名の定員制となっております。
WEB予約されてない方はプログラム開始30分前に
カウンターにてお名前の記入をお願いいたします。

