

9月祝日スケジュール

9月19日(月)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
STUDIO		10:30~ (30) エアロピクス 大成	11:30~ (30) BODY BALANCE 矢部	12:30~ (45) ホントエクササイズ 江里口	13:45~ (30) LESMILLS CORE 出川			
AQUA			11:00~ (90) プライベートレッスン 大橋	9月13日(火)より ご予約を承ります			14:30~ (30) アクアオーキング 出川	

9月23日(金)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
STUDIO		11:00~ (30) エアロFUN NOBU	12:00~ (60) salsation® NOBU		13:45~ (45) BODY PUMP 江里口・野々下	15:00~ (60) アロマソフトヨガ 井口		
AQUA			12:00~ (30) アクアオーキング 村上			15:00~ (45) アクアエクササイズ 矢部		

【パーソナルトレーニング】

・江里口インストラクター

19日(月) 9:00~17:00

23日(金) 9:00~17:00

・石渡インストラクター

23日(金) 9:30~11:30

パーソナルトレーニングは
実施日の2週間前より予約を承ります
詳しくはスタッフまでお問い合わせください