



祝日スケジュール

20日(木)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
STUDIO		10:30~ (60) からだが やわらかくなるヨガ 歩	11:45~ (45) ボディケア 石渡	13:00~ (30) HIP HIT 武子	13:45~ (45) バレトン 村上		
AQUA						15:00~ (30) アクアオーキング 大成	

【パーソナルトレーニング】

石渡インストラクター 9:30~11:30

3月6日(木)よりご予約を承ります。

HIP HITは途中参加不可となります。

レッスン参加はレッスン開始30分前よりジムカウンターにて受付を行います。

お時間に余裕を持ってお越しください。

