

GW 祝日スケジュール

4月29日(水)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
STUDIO		11:00~ (45) STEP 金子	12:00~ (30) LES MILLS CORE 鬼嶋	12:45~ (60) BODYPUMP HEAVY 野々下	14:00~ (45) BX&ミット 武子		
AQUA						15:00~ (30) アクアオーキング 北島	

5月4日(月)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
STUDIO		11:00~ (45) エアOFUN 四宮 祥	12:15~ (30) ボディメイク 武子	13:00~ (30) LES MILLS CORE 隆杉	13:45~ (45) ZUMBA 村上	14:45~ (45) KICK BX 白坂	
AQUA			12:00~ (30) アクアオーキング 萩原				

5月5日(火)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
STUDIO		10:30~ (30) エアピクス 大成	11:15~ (45) コンディショニング 出川	12:15~ (30) LES MILLS CORE 出川	13:00~ (45) LES MILLS DANCE 萩原	14:00~ (60) ヨガ 四宮 江梨	
AQUA					14:00~ (45) アクアピクス 中村		

5月6日(水)	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
STUDIO		10:45~ (45) STEP 北島	11:45~ (45) BODY BALANCE 村上	13:00~ (45) BODY JAM 大成	14:15~ (60) BODYCOMBAT 伊藤・中村・隆杉		
AQUA			11:45~ (30) アクアピクス 大谷				

【パーソナルトレーニング】

石渡インストラクター 5月5日(火) 9:30~12:30
5月6日(水) 9:30~12:30

ご予約は2週間前より承ります。くわしくはスタッフまでお尋ねください。

