

9月23日(木)  祝日プログラム

～8名限定 トレーニング相談会開催～

・予約優先の為、前日までにフロントにてお申込み下さい。

| | スタジオ |
|-------|--|
| 10:00 | 家トレ教室20 /ぬかり 10:00~10:20  |
| 11:00 | LES MILLS BODYCOMBAT 45 /ぬかり 10:50~11:35  |
| 12:00 |  ZUMBA ® /ぬかり 12:05~12:50  |
| 13:00 | ストレッチ&ヨガ35 /みやざき 13:20~13:55  |
| 14:00 | |
| 15:00 | LES MILLS BODYATTACK 45 /むらた 14:25~15:10  |
| | |
| | |
| | |

営業時間は9:00～17:00です