

# ゲンゼスポーツ枚方店 2021年 ゴールデンウィーク特別プログラム

	4/29(木・祝)			4/30(金)			5/1(土)			5/2(日)		
	スタジオ①	スタジオ②	プール	スタジオ①	スタジオ②	プール	スタジオ①	スタジオ②	プール	スタジオ①	スタジオ②	プール
9:30												
10:00	10:00~10:45 オリジナルムーブ ～ラテン～ 【和山】	10:20~10:40 ポールReset 定員 10名		10:00~10:45 エナジームーブ 【大西】	10:15~10:35 筋膜Reset 定員 10名		10:00~10:40 シンプルステップ 【静】	10:20~10:40 ポールReset 定員 10名		10:15~11:00 ファイドウ 【照屋】	10:00~11:00 自力整体 ～応用～ 【服部】	
11:00	11:05~11:50 ヒーリングヨガ 【和山】	11:15~12:00 ファンムーブ 【谷口】	11:00~11:35 AQ35min.鍛 【奥村】	11:05~11:45 シンプルステップ 【大西】	11:00~11:45 体調改善運動 【湯汲】		11:00~11:45 ZUMBA 【静】	11:00~11:30 オキシジェノ 【中島】		11:30~12:15 ユーバウンド 【照屋】	11:30~12:05 35min.癒 【岩谷】	
12:00	12:15~13:00 ファイドウ 【TERU】			12:10~12:40 メガダンス 【本馬】	12:05~12:40 35min.動 【湯汲】		12:05~12:50 X55 【TERU】	12:00~12:45 ポールエクササイズ 【静】		12:45~13:15 ボディメイク30 【スタッフ】	12:45~13:30 メガダンス 【中島】	
13:00			12:45~13:30 初級スイム 【谷口】	13:00~13:45 太極拳 【宮本】	13:10~13:40 オキシジェノ 【本馬】		13:20~14:05 フィットネス パワーヨガ 【TERU】			13:45~14:30 かんたん ストリートダンス 【内藤】		
14:00	13:30~14:15 フィットネス パワーヨガ 【TERU】	13:45~14:15 トップライド 【奥村】 定員 15名	13:45~14:30 中級スイム 【谷口】		14:00~14:20 ボディメイク20 定員 10名							
15:00	14:45~15:30 ユーバウンド 【照屋】	14:45~15:05 筋膜Reset 定員 10名		14:15~15:00 ハタヨガ 【中野】	14:40~15:00 炎の腹筋 定員 10名		14:35~15:15 ラディカルパワー 【TERU】 定員 20名	14:15~15:15 グループブレスン ラテン 【静】 定員 20名		15:00~15:45 オキシジェノ 【中島】	14:45~15:45 ストリートダンス 【内藤】 定員 20名	
16:00	<b>ゴールデンウィーク期間の営業時間のご案内</b> 4月29日(木) 9:30~20:00 (施設利用19:45まで) 4月30日(金) 9:30~22:00 (施設利用21:45まで) 5月1日(土)~3日(月) 9:30~20:00 (施設利用19:45まで) 5月4日(火) 休館日 5月5日(水) 9:30~20:00 (施設利用19:45まで)						15:45~16:30 ファイドウ 【川添】					
17:00												

**ゴールデンウィーク期間の営業時間のご案内**  
 4月29日(木) 9:30~20:00 (施設利用19:45まで)  
 4月30日(金) 9:30~22:00 (施設利用21:45まで)  
 5月1日(土)~3日(月) 9:30~20:00 (施設利用19:45まで)  
 5月4日(火) 休館日  
 5月5日(水) 9:30~20:00 (施設利用19:45まで)

**ナイト&ホリデイ、ホリデイ会員様は  
どの時間帯でもご利用頂けます。**

プログラムタイムテーブルやプログラム変更・代行情報は、スマートフォンやパソコンなどからもご確認頂けます。

ゲンゼスポーツ枚方