


ゲンゼスポーツ枚方店 2022年 ゴールデンウィーク特別プログラム

5/3(火・祝)			5/4(水・祝)			5/5(木・祝)			5/6(木)		
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
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 48px; font-weight: bold;">休館日</div> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 48px; font-weight: bold;">通常営業</div> </div>											
			10:00~10:45 ファンムーブ 【大西】			10:00~10:45 オリジナルムーブ ～ラテン～ 【和山】	10:00~10:45 Sintex ～背骨の調律～ 【谷口】				
				10:50~11:50 自力整体 ～基礎～ 【服部】			11:00~10:45 オリジナルムーブ ～ラテン～ 【和山】	10:00~10:45 Sintex ～背骨の調律～ 【谷口】			
			11:15~11:45 ZUMBA 【大西】			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】				
				定員 20名							
			12:05~12:50 エナジーステップ 【枚本】			12:10~12:55 ユーバウンド 【奥村】	12:20~13:05 パワーヨガ 【NAOMI】				
				12:10~13:10 グループレッスン 【大西】							
				定員 20名							
			13:10~13:55 バランス コーディネーション 【松田】			13:00~13:30 月替わり30 【松田(和)】	13:15~13:45 バレエエクササイズ 【植田】			12:45~13:30 初級スイム 【谷口】	
						定員 6名					
						13:45~14:30 初級スイム 【松田(和)】					
			14:15~15:00 オリジナルムーブ 【松田】	14:15~14:45 筋膜Reset 【スタッフ】			14:05~14:50 グループレッスン バレエ 【植田】			13:45~14:30 中級スイム 【谷口】	
				定員 10名							
						14:45~15:30 中級スイム 【松田(和)】	定員 12名		14:45~15:00 ボディメイク 定員 10名	14:45~15:15 ストレッチウォーキング 【谷口】	
										定員 6名	
						15:45~16:30 チャレンジスイム 【松田(和)】					
						16:45~17:15 月替わり30 【松田(和)】					
						定員 6名					

ストレッチポールを使って
背骨を緩めていきます！



5月4日(水)の有料クラスは、
4月27日(水)～受付スタートとなります。
10:30～ フロント 11:30～ お電話

5月5日(木)の有料クラスは、
4月28日(木)～受付スタートとなります。
10:30～ フロント 11:30～ お電話

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