

GW特別プログラム (4/23更新)



4月29日 (金・祝) 10:00~18:00			5月3日 (火・祝) 10:00~18:00			5月4日 (水・祝) 10:00~18:00			5月5日 (木・祝) 10:00~18:00		
Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
※ 特別プログラムは、上記日程のみとなります。											
35min 動 10:30~11:05 三浦 (定員: 27名)	MEGA DANZ 10:30~11:00 (定員: 10名)		OXIGENO 10:30~11:15 磯部 (定員: 32名)			35min 鍛 10:40~11:15 金田 (定員: 32名)	RADICAL YOGA 10:45~11:15 (定員: 10名)		フィットネスパワーヨガ 10:30~11:15 中村 (定員: 32名)	フラダンス 10:30~11:15 近藤 (定員: 23名)	
オリジナルステップ 11:25~12:10 三浦 (定員: 27名)	35min 鍛 11:35~12:10 金田 (定員: 23名)		【有料】 MEGA DANZ 11:30~12:30 日根☆磯部 (定員: 27名) 500円	RADICAL POWER 11:20~11:50 (定員: 10名)	TOP RIDE 11:30~12:00 仲 (定員: 8名)	U BOUND 11:35~12:20 磯部 (定員: 27名)	すっきりボール 11:35~11:55 (定員: 15名)		エナジームーブ 11:30~12:15 大森 (定員: 27名)	OXIGENO 11:30~12:00 (定員: 10名)	
KIMAX 12:30~13:15 金田 (定員: 12名)	OXIGENO 12:30~13:15 (定員: 10名)	TOP RIDE 12:30~13:00 仲 (定員: 8名)	FIGHT DO 12:45~13:30 日根 (定員: 27名)	STRETCHING 12:15~12:30 (定員: 10名)	core tr 13:10~13:25 (定員: 5名)	X55 12:40~13:25 金田 (定員: 27名)	デトックス& 骨盤フレックスヨガ 12:25~13:10 KEI (定員: 23名)	momo tr 12:30~12:45 (定員: 5名)	シンプルステップ 12:35~13:15 江嶋 (定員: 27名)	【有料】 機能改善プログラム 12:30~13:30 大森 (定員: 20名)	core tr 12:30~12:45 (定員: 5名)
すっきりボール 13:40~14:10 金田 (定員: 15名)	FIGHT DO 13:30~14:15 (定員: 10名)		リフレッシュストレッチ 13:45~14:15 磯部 (定員: 15名)	RADICAL STEP 13:00~13:30 (定員: 10名)		MEGA DANZ (入門編) 13:45~14:30 磯部 (定員: 27名)			【有料】 ZUMBA 13:40~14:40 江嶋☆大森 (定員: 27名) 500円	X55 14:00~14:30 (定員: 10名)	
	RADICAL POWER 14:30~15:00 (定員: 10名)			U BOUND 14:00~14:30 (定員: 10名)			RADICAL AERO 13:30~14:00 (定員: 10名)				
				MEGA DANZ 15:00~15:30 (定員: 10名)			FIGHT DO 14:30~15:00 (定員: 10名)				
体操教室 (幼児)	JDAC ダンススクール (幼児)						OXIGENO 15:30~16:00 (定員: 10名)				
体操教室 (学童A)	JDAC ダンススクール										
体操教室											

**! 変更箇所!
(4つ)**

金色のクラスは、事前申込となっております。
フロントにてお申込みください。(電話可)

! 注意!

- ・ご本人様分のみ申込可能
- ・当日キャンセル不可
- ・入金順に整理券を配布 (整理券番号順に入場)

**4/15(金) 11:00~
申込み開始**

