




12/29 (金)・1/4 (木)

年末年始特別プログラム

12月29日 (金) 短縮営業 10:00~18:00			1月4日 (木) 短縮営業 10:00~18:00		
スタジオ	Premium スタジオ	ジムエリア	スタジオ	Premium スタジオ	ジムエリア
ファンムーブ 10:30~11:15 三浦	【有料】 かんたんHIP HOP 11:00~12:00 EMI 	キネシスEX 10:30~10:50	フィットネスパワーヨガ 10:30~11:15 中村	MEGA DANZ 10:45~11:15	キネシスEX 10:30~10:50
オリジナルステップ 11:30~12:15 三浦 (定員: 30名)		キネシスEX 11:30~11:50	エナジームーブ 11:30~12:15 大森	RADICAL POWER 11:30~12:00	キネシスEX 11:30~11:50
FIGHT DO 12:30~13:15 羽根	OXIGENO 12:45~13:15		UBOUND 12:30~13:15 磯部・宮城 	【有料】 ヨガ&ピラティス 12:30~13:30 大森 	
MEGA DANZ 13:30~14:15 磯部	UBOUND 13:30~14:00		シンプルステップ 13:30~14:10 江嶋	【有料】 太極拳 13:45~14:45 金田	
リフレッシュストレッチ 14:30~15:00 磯部	X55 14:30~15:00		ZUMBA 14:25~15:10 江嶋		
	KIMAX 15:15~15:45			FIGHT DO 15:00~15:30	
				UBOUND 15:45~16:15	
変更箇所 ●プログラム変更 ●時間変更 がある箇所は、赤枠表記となります			【PREMIUMプログラム】 12/29㊟かんたんHIP HOP 1/4㊟ヨガ&ピラティス 申込受付(12/19㊟ 窓口11:00~/TEL12:00~)		

12/29(金)・1/4(木)は年末年始短縮営業(10-18)となります。
特別プログラムとなりますのでお間違えの無いよう
お越しくださいませ。