ミライゼ　タイムテーブル

グンゼスポーツつかしん
TEL 06-6422-3911

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
10:15 ▼ 11:00	10:15 ▼ 11:00	10:15 ▼ 11:00	10:15 ▼ 11:00	10:15 ▼ 11:00	※ 9:15 ▼ 10:00	
13:15 ▼ 14:00	11:15 ▼ 12:00 ピラティス	13:15 ▼ 14:00	13:15 ▼ 14:00 ピラティス	13:15 ▼ 14:00		
	13:15 ▼ 14:00					

- ピラティス　➔『有酸素運動』＋『ピラティスの動き』を行うクラスです。初めて参加されるにもオススメです
- ご予約制となりますので、ご参加の際はマイページよりご予約ください。
- ※土曜日9：15～のレッスンにご参加の際は１Fよりご入館ください。
- ５回目以降のご参加は￥2,200(税込)/回の参加料が必要となります。