

グンゼスポーツ 岡山妹尾

4月29日 祝日プログラム

土曜日

	スタジオA	スタジオB	ジム
10:00	10:30~11:15 STRONGNation 原田	11:00~11:15 STRETCHING	
11:00	11:30~12:00 MEGADANZ 川島 	11:30~12:00 OXIGENO	
12:00	12:15~13:00 フィットネスパワーヨガ 片桐	12:30~13:15 ジャズダンス 谷向	
13:00	13:15~13:45 ゆったりハタヨガ 片桐		
14:00	14:00~14:45 ペルビック-骨盤調整- 田中		
15:00	15:00~15:45 セルフコンディショニング 佐々木	15:00~15:30  FIGHT DO 川島	
16:00	16:00~16:45 バレトンスタンディングフロー 佐々木	16:00~16:30 UBOUND	

★当日は、祝日の為19時までの営業となっております。



→は、レギュラープログラムより変更のある箇所です。

※5月3日(※)・4日(※)の祝日プログラムは、4月20日(※)~告知予定です。