

# 2月24日(月・祝) 祝日プログラム

ワークアウトスタジオ	
10:30~11:15	ポルドブラ 定員：40名 根本
11:30~12:15	やさしいピラティス 定員：40名 井上
12:30~13:15	ファンクショナルステップ 定員：30名 和貝
13:30~14:15	ZUMBA 定員：40名 加藤
14:30~15:15	骨盤エクササイズ 定員：40名 中川

健都スタジオ・ジム	
10:30~10:45	美尻教室
11:00~11:30	ガイダンス(フリーウェイト)
11:30~12:30	FIGHT DO 定員：40名 山中
13:00~14:00	X55 定員：40名 柴
14:30~15:00	ガイダンス(ストレッチポール)

## 【お客様へご案内】

当日は上記記載のスケジュールをご確認の上お間違えないようお気をつけてご参加ください。

**【営業時間】 10:00~18:00**