

2020年6月1日(月)~7日(日) グンゼスポーツ吹田健都 特別プログラムスケジュール

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
ワークアウトスタジオ ・プール		ワークアウトスタジオ ・プール	ワークアウトスタジオ ・プール	ワークアウトスタジオ ・プール	ワークアウトスタジオ	ワークアウトスタジオ
11:00~11:40 ポルドブラ 定員:20名  根本		10:15~10:45 ファンクショナル アクア 定員:15名  別所	11:00~11:40 やさしい ピラティス 定員:20名  和田	11:00~11:40 UBOUND 定員:15名  栄	11:00~11:40 ファンクショナル ムーブ 定員:20名  生駒 	11:00~11:40 骨盤 エクササイズ 定員:20名  高田
12:00~12:40 自力整体 定員:20名  芦塚		11:00~11:40 ルーシーダットン 定員:20名  横山	12:00~12:40 FIGHT DO 定員:20名  深見	12:00~12:40 骨盤エクササイズ 定員:20名  秋長	12:00~12:40 ヒーリングヨガ 定員:20名  伊澤	12:00~12:40 ZUMBA 定員:20名  高田
13:00~13:40 ZUMBA 定員:20名  加藤		12:00~12:40 MEGA DANZ 定員:20名  山下	13:00~13:40 ヒーリングヨガ 定員:20名  大田	12:45~13:15 ファンクショナル アクア 定員:15名  栄		13:00~13:40 UBOUND 定員:15名  栄
14:30~15:00 ファンクショナル アクア 定員:15名  中村		13:00~13:40 ファンクショナル ステップ 定員:15名  竹原 	14:30~15:00 ファンクショナル アクア 定員:15名  大田	13:00~13:40 やさしいピラティス 定員:20名  中川	14:00~14:40 RADICAL POWER 定員:15名  山中	14:00~14:40 ピラティスシェイプ 定員:20名  鍛冶
19:00~19:40 ヨガ&ピラティス Fusion 定員:20名  豊田 		19:00~19:40 シンプルステップ 定員:15名  海野	19:00~19:40 ピラティスシェイプ 定員:20名  鈴木	19:00~19:40 UBOUND 定員:15名  山下	15:00~15:40 ステップ&ポール 定員:15名  雄谷 	
20:00~20:40 X55 定員:20名  栄 		20:00~20:40 ローラーピラティス 定員:15名  海野 	20:00~20:40 FIGHT DO 定員:20名  山中	20:00~20:40 足裏 トリートメント 定員:20名  小川		
休館日						

【新型コロナウィルス感染防止策としての、プログラム参加時のお願い】

- ・全プログラム臨時の定員設定がございます。
- ・換気を行なう為、扉を開けての実施となります。
- ・プログラム開始20分前より整列可能です。10分前入場です。
- ・参加後、使用されましたツール類はご自身での消毒にご協力ください。
- ・マスクを着用しての参加となりますので、ご自身でご用意ください。
- ・プログラム参加に関わらず、体調管理を行ないご利用頂きますようお願い致します。

・ガイダンス・腹筋教室・美尻教室は、休講とさせて頂きます。

・トレーニングサポート・マイトレーニングプラン
パーソナルトレーニングは通常通り実施いたします。※予約制

2020年6月8日(月)～15日(月) グンゼスポーツ吹田健都 特別プログラムスケジュール

8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)	15(月)
ワークアウトスタジオ ・プール		ワークアウトスタジオ ・プール	ワークアウトスタジオ ・プール	ワークアウトスタジオ ・プール	ワークアウトスタジオ	ワークアウトスタジオ	ワークアウトスタジオ ・プール
11:00～11:40 やさしい ピラティス 定員:20名  井上		10:15～10:45 ファンクショナル アクア 定員:15名  別所	11:00～11:40 フィットネス パワーヨガ 定員:20名  北村	11:00～11:40 ZUMBA 定員:20名  八子	11:00～11:40 ヒーリングヨガ 定員:20名  桂田	11:00～11:40 ZUMBA 定員:20名  根本	11:00～11:40 ポルドブラ 定員:20名  根本
12:00～12:40 ファンクショナル ステップ 定員:15名  和具 		11:00～11:40 姿勢改善体操 定員:20名  藤原	12:00～12:40 ファンクショナル ムーブ 定員:20名  大田 	12:00～12:40 健美操 定員:20名  松崎	12:00～12:40 ZUMBA 定員:20名  伊澤	12:00～12:40 RADICAL POWER 定員:15名  山中	12:00～12:40 自力整体 定員:20名  芦塚
13:00～13:40 RADICAL POWER 定員:15名  山中		12:00～12:40 ZUMBA 定員:20名  原野	13:00～13:40 ファンクショナル ステップ 定員:15名  堀田 	12:45～13:15 ファンクショナル アクア 定員:15名  栄		13:00～13:40 ポルドブラ 定員:20名  宮前	13:00～13:40 ZUMBA 定員:20名  加藤
14:30～15:00 ファンクショナル アクア 定員:15名  中村		13:00～13:40 UBOUND 定員:15名  栄	13:00～13:30 ファンクショナル アクア 定員:15名  大田	13:00～13:40 FIGHT DO 定員:20名  深見	14:00～14:40 FIGHT DO 定員:20名  山中	14:00～14:40 シンプルステップ 定員:15名  鍛冶	14:30～15:00 ファンクショナル アクア 定員:15名  中村
19:00～19:40 UBOUND 定員:15名  栄		19:00～19:40 フィットネス パワーヨガ 定員:20名  中村 	19:00～19:40 ZUMBA 定員:20名  加藤	19:00～19:40 足裏 トリートメント 定員:20名  小川	15:00～15:40 ステップ&ポール 定員:15名  雄谷 		19:00～19:40 ヨガ&ピラティス Fusion 定員:20名  豊田 
20:00～20:40 ヒーリングヨガ 定員:20名  谷口		20:00～20:40 FIGHT DO 定員:20名  深見	20:00～20:40 ヒーリングヨガ 定員:20名  加藤	20:00～20:40 MEGA DANZ 定員:20名  山下			20:00～20:40 X55 定員:20名  栄 

【新型コロナウィルス感染防止策としての、プログラム参加時のお願い】

- ・全プログラム臨時の定員設定がございます。
- ・プログラム開始20分前より整列可能です。10分前入場です。
- ・マスクを着用しての参加となりますので、ご自身でご用意ください。

・マスク着用、手洗い、消毒を徹底してワクチン接種もおすすめです。

・参加後、使用されましたツール類はご自身での消毒にご協力ください。

・プログラム参加に関わらず、体調管理を行ないご利用頂きますようお願い致します。

・ガイダンス・腹筋教室・美尻教室は、休講とさせて頂きます。

・トレーニングサポート・マイトレーニングプラン
パーソナルトレーニングは通常通り実施いたします。※予約制