

2020年9月2日(水)~7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

2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)	7(月)
11:00~11:40 ヒーリングヨガ 24名 井谷	11:00~11:40 フィットネス パワーヨガ 24名 北村	11:00~11:40 ZUMBA 24名 八子	11:00~11:40 ファンクショナル ムーブ 24名 生駒	11:00~11:40 ZUMBA 24名 根本	11:00~11:40 やさしい ピラティス 24名 井上
12:00~12:40 ファンクショナル ステップ 18名 竹原	12:00~12:40 ファンクショナル ムーブ 24名 大田	12:00~12:40 健美操 24名 松崎	12:30~13:10 FIGHT DO 24名 山中	12:00~12:40 X55 24名 深見	12:00~12:40 自力整体 24名 芦塚
13:00~13:40 MEGA DANZ 24名 山下	13:00~13:30 ファンクショナル アクア 20名 大田	13:00~13:30 ファンクショナル アクア 20名 栄		13:00~13:40 ポルドブラ 24名 宮前	13:00~13:40 シンプルステップ 18名 和貝
13:30~14:00 ファンクショナル アクア 20名 別所	13:00~13:40 UBOUND 18名 山下	13:00~13:40 やさしい ピラティス 24名 中川	14:30~15:10 ZUMBA 24名 伊澤	14:00~14:40 シンプルステップ 18名 鍛冶	14:30~15:00 ファンクショナル アクア 20名 中村
19:00~19:40 シンプルステップ 18名 海野	19:00~19:40 ピラティス シェイプ 24名 鈴木	19:00~19:40 足裏 トリートメント 24名 小川	15:30~16:10 ステップ&ポール 18名 雄谷	19:00~19:40 ヨガ&ピラティス Fusion 24名 豊田	19:00~19:40 ヨガ&ピラティス Fusion 24名 豊田
20:00~20:40 ローラー ピラティス 18名 海野	20:00~20:40 RADICAL POWER 18名 山中	20:00~20:40 MEGA DANZ 24名 山下		20:00~20:40 UBOUND 18名 栄	20:00~20:40 UBOUND 18名 栄
21:00~21:40 ZUMBA 24名 根本	21:00~21:40 FIGHT DO 24名 山中	21:00~21:40 UBOUND 18名 山下		21:00~21:40 RADICAL POWER 18名 栄	21:00~21:40 RADICAL POWER 18名 栄

時間変更

時間訂正

プログラム参加方法について

- ①前レッスン開始後からお並びいただけます。
但し、前レッスン開始から1時間以上
空く場合は、レッスン開始1時間前から
お並びいただけます。
※ご本人様がお並びください
※荷物のみでの場所取りの場合スタッフが
荷物を一度お預かりし最後尾に
お並び頂きます
- ②整列時は、一定の距離をお開ください。
※足元のマークを目印にお並びください
※整列中の会話はお控えください
- ③開始10分前からご入場頂けます。

プログラム参加時のお願い

- ①入場時の手指消毒をお願い致します
- ②周りとの十分な間隔をお取りください
- ③マスクの着用をお願い致します
- ④掛け声などは禁止と致します
- ⑤体調に合わせた運動を行ないましょう
- ⑥使用器具の消毒にご協力ください
- ⑦扉を常時開放しての実施となります

ジムからのお知らせ

- ・ガイダンス、腹筋教室、美尻教室は
休講とさせていただきます。
- ・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。 ※要予約制

2020年9月9日(水)～14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

9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)	14(月)
11:00～11:40 姿勢改善体操 24名 藤原	11:00～11:40 フィットネス パワーヨガ 24名 北村	11:00～11:40 骨盤エクササイズ 24名 秋長	11:00～11:40 フィットネス パワーヨガ 24名 桂田	11:00～11:40 骨盤エクササイズ 24名 高田	11:00～11:40 ポルドブラ 24名 根本
12:00～12:40 ZUMBA 18名 原野	12:00～12:40 ファンクショナル ムーブ 24名 大田	12:00～12:40 FIGHT DO 24名 深見	12:00～12:40 RADICAL POWER 18名 山中	12:00～12:40 ZUMBA 24名 高田	12:00～12:40 FIGHT DO 24名 山中
13:00～13:40 UBOUND 18名 栄	13:00～13:30 ファンクショナル アクア 20名 大田	13:00～13:30 ファンクショナル アクア 20名 栄		13:00～13:40 X55 18名 栄	13:00～13:40 ZUMBA 24名 加藤
13:30～14:00 ファンクショナル アクア 20名 別所	13:00～13:40 ファンクショナル ステップ 18名 堀田	13:00～13:40 フィットネス パワーヨガ 24名 井谷	14:30～15:10 ZUMBA 24名 伊澤	14:00～14:40 シンプルステップ 18名 鍛冶	14:30～15:00 ファンクショナル アクア 20名 中村
			15:30～16:10 ステップ&ボール 18名 雄谷		
19:00～19:40 フィットネス パワーヨガ 24名 中村	19:00～19:40 ZUMBA 24名 加藤	19:00～19:40 足裏 トリートメント 24名 小川		19:00～19:40 RADICAL POWER 18名 栄	
20:00～20:40 FIGHT DO 24名 深見	20:00～20:40 ヒーリングヨガ 24名 加藤	20:00～20:40 UBOUND 18名 山下		20:00～20:40 ヒーリングヨガ 24名 谷口	
21:00～21:40 X55 24名 深見	21:00～21:40 RADICAL POWER 18名 山中	21:00～21:40 MEGA DANZ 24名 山下		21:00～21:40 UBOUND 18名 栄	

時間変更

時間訂正

プログラム参加方法について

①前レッスン開始後からお並びいただけます。
但し、前レッスン開始から1時間以上空く場合は、レッスン開始1時間前からお並びいただけます。
※ご本人様がお並びください
※荷物のみでの場所取りの場合スタッフが荷物を一度お預かりし最後尾にお並び頂きます

②整列時は、一定の距離をお開けください。
※足元のマークを目印にお並びください
※整列中の会話はお控えください

③開始10分前からご入場頂けます。

プログラム参加時のお願い

- ①入場時の手指消毒をお願い致します
- ②周りとの十分な間隔をお取りください
- ③マスクの着用をお願い致します
- ④掛け声などは禁止と致します
- ⑤体調に合わせた運動を行ないましょう
- ⑥使用器具の消毒にご協力ください
- ⑦扉を常時開放しての実施となります

ジムからのお知らせ

- ・ガイダンス、腹筋教室、美尻教室は休講とさせていただきます。
- ・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。 ※要予約制

2020年9月16日(水)~21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

16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)	21(月)
11:00~11:40 ヒーリングヨガ 24名 井谷	11:00~11:40 フィットネス パワーヨガ 24名 北村	11:00~11:40 ZUMBA 24名 八子	11:00~11:40 ファンクショナル ムーブ 24名 生駒	11:00~11:40 ZUMBA 24名 根本	11:00~11:40 やさしい ピラティス 24名 井上
12:00~12:40 ファンクショナル ステップ 18名 竹原	12:00~12:40 ファンクショナル ムーブ 24名 大田	12:00~12:40 健美操 24名 松崎	12:00~12:40 FIGHT DO 24名 山中	12:00~12:40 RADICAL POWER 18名 山中	12:00~12:40 自力整体 24名 芦塚
13:00~13:40 UBOUND 18名 山下	13:00~13:30 ファンクショナル アクア 20名 大田	13:00~13:30 ファンクショナル アクア 20名 栄	13:00~13:40 ポルドブラ 24名 宮前	13:00~13:40 ポルドブラ 24名 宮前	13:00~13:40 シンプルステップ 18名 和貝
13:30~14:00 ファンクショナル アクア 20名 別所	13:00~13:40 FIGHT DO 24名 深見	13:00~13:40 やさしい ピラティス 24名 中川	14:30~15:10 ZUMBA 24名 伊澤	14:00~14:40 シンプルステップ 18名 鍛冶	14:00~14:40 UBOUND 18名 栄
19:00~19:40 シンプルステップ 18名 海野	19:00~19:40 ピラティス シェイプ 24名 鈴木	19:00~19:40 足裏 トリートメント 24名 小川	15:30~16:10 ステップ&ポール 18名 雄谷	14:30~15:00 ファンクショナル アクア 20名 中村	
20:00~20:40 ローラー ピラティス 18名 海野	20:00~20:40 RADICAL POWER 18名 山中	20:00~20:40 MEGA DANZ 24名 山下			
21:00~21:40 ZUMBA 24名 根本	21:00~21:40 FIGHT DO 24名 山中	21:00~21:40 UBOUND 18名 山下			

時間変更

時間訂正

プログラム参加方法について

①前レッスン開始後からお並びいただけます。
但し、前レッスン開始から1時間以上空く場合は、レッスン開始1時間前からお並びいただけます。
※ご本人様がお並びください
※荷物のみでの場所取りの場合スタッフが荷物を一度お預かりし最後尾にお並び頂きます

②整列時は、一定の距離をお開けください。
※足元のマークを目印にお並びください
※整列中の会話はお控えください

③開始10分前からご入場頂けます。

プログラム参加時のお願い

①入場時の手指消毒をお願い致します
②周りとの十分な間隔をお取りください
③マスクの着用をお願い致します
④掛け声などは禁止と致します
⑤体調に合わせた運動を行ないましょう
⑥使用器具の消毒にご協力ください
⑦扉を常時開放しての実施となります

ジムからのお知らせ

- ・ガイダンス、腹筋教室、美尻教室は休講とさせていただきます。
- ・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。 ※要予約制

2020年9月23日(水)~30日(水)

グンゼスポーツ吹田健都

特別プログラムスケジュール

23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)	28(月)	29(火)	30(水)
11:00~11:40 姿勢改善体操 24名 藤原	11:00~11:40 フィットネス パワーヨガ 24名 北村	11:00~11:40 骨盤エクササイズ 24名 秋長	11:00~11:40 フィットネス パワーヨガ 24名 桂田	11:00~11:40 骨盤エクササイズ 24名 高田	11:00~11:40 ポルドブラ 24名 根本		11:00~11:40 ヒーリングヨガ 24名 井谷
12:00~12:40 ZUMBA 18名 原野	12:00~12:40 ファンクショナル ムーブ 24名 大田	12:00~12:40 FIGHT DO 24名 深見	12:00~12:40 RADICAL POWER 18名 山中	12:00~12:40 ZUMBA 24名 高田	12:00~12:40 FIGHT DO 24名 山中		12:00~12:40 ファンクショナル ステップ 18名 竹原
13:00~13:40 X55 24名 栄	13:00~13:30 ファンクショナル アクア 20名 大田	13:00~13:30 ファンクショナル アクア 20名 栄		13:00~13:40 UBOUND 18名 栄	13:00~13:40 ZUMBA 24名 加藤		13:00~13:40 MEGA DANZ 24名 山下
13:30~14:00 ファンクショナル アクア 20名 別所	13:00~13:40 ファンクショナル ステップ 18名 堀田	13:00~13:40 フィットネス パワーヨガ 24名 井谷	14:30~15:10 ZUMBA 24名 伊澤	14:00~14:40 シンプルステップ 18名 鍛冶	14:30~15:00 ファンクショナル アクア 20名 中村		13:30~14:00 ファンクショナル アクア 20名 別所
			15:30~16:10 ステップ&ボール 18名 雄谷				
19:00~19:40 フィットネス パワーヨガ 24名 中村	19:00~19:40 ZUMBA 24名 加藤	19:00~19:40 足裏 トリートメント 24名 小川			19:00~19:40 ヨガ&ピラティス Fusion 24名 豊田		19:00~19:40 シンプルステップ 18名 海野
20:00~20:40 FIGHT DO 24名 深見	20:00~20:40 ヒーリングヨガ 24名 加藤	20:00~20:40 UBOUND 18名 山下			20:00~20:40 UBOUND 18名 栄		20:00~20:40 ローラー ピラティス 18名 海野
21:00~21:40 X55 24名 深見	21:00~21:40 RADICAL POWER 18名 山中	21:00~21:40 MEGA DANZ 24名 山下			21:00~21:40 X55 24名 栄		21:00~21:40 ZUMBA 24名 根本

時間変更

時間訂正

時間変更

休館日

プログラム参加方法について

- ①前レッスン開始後からお並びいただけます。但し、前レッスン開始から1時間以上空く場合は、レッスン開始1時間前からお並びいただけます。
※ご本人様がお並びください
※荷物のみでの場所取りの場合スタッフが荷物を一度お預かりし最後尾にお並び頂きます
- ②整列時は、一定の距離をお開けください。
※足元のマークを目印にお並びください
※整列中の会話はお控えください
- ③開始10分前からご入場頂けます。

プログラム参加時のお願い

- ①入場時の手指消毒をお願い致します
- ②周りとの十分な間隔をお取りください
- ③マスクの着用をお願い致します
- ④掛け声などは禁止と致します
- ⑤体調に合わせた運動を行ないましょう
- ⑥使用器具の消毒にご協力ください
- ⑦扉を常時開放しての実施となります

ジムからのお知らせ

- ・ガイダンス、腹筋教室、美尻教室は休講とさせていただきます。
- ・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。 ※要予約制