

Special Program

GUNZE
SPORTS

3月20日（水・特別営業）

FITNESS

ENJOY	FUNCTIONAL
11:00~11:45 STEP 初中級 山口 30名	10:30~11:00  
12:00~12:45 エアロ 初中級 山口 45名	11:45~12:30 Earth YOGA 金田 15名
13:00~14:00  山本 30名	14:30~15:00 Relax Stretch Pole
14:15~15:00  瀬際 30名	15:15~15:45 TRX
15:15~16:00  瀬際 45名	

【営業時間】 10:00~18:00

TENNIS

A	B
10:10~11:20 ENJOY ラリー 副島	10:10~11:20 BASIC バックハンドS 田村
11:25~12:35 BASIC ネットプレー 副島	11:25~12:35 PREMIUM LESSON 定員:6名 料金:2,530円(税込) 田村
12:40~13:50 CHALLENGE サーブレシーブ 副島	13:00~14:30 女子ダブルス スクール (初級) 田村
13:55~15:05 PREMIUM LESSON 定員:6名 料金:2,530円(税込) 林	14:45~16:15 女子ダブルス スクール (中級) 田村
15:10~16:20 CHALLENGE ストローク 副島	

HOT Yoga

HOTstudio
10:30~11:15 Relax 澤野
11:45~12:30 美メイク 澤野
13:00~13:45 MARS YOGA 金田
 GYM 予約不要
12:15~12:30 スピニングヒート バイクエリア
14:30~14:45 ゴルフ飛距離アップ トレーニング キネシスエリア

プログラムオフショーン及び
吹田フリー契約者限定レッスン



13:00-14:00
担当：山本

こちらのクラスは4月以降吹田フリー
及びオフショーン契約者限定レッスン
になります！ご検討中の方は是非
この機会にお申込みください！

オフショーンご検討中の皆様

ジムエリアカウンターにて
未契約者様向けフェースを設置します！



まだ迷われている方は是非
この機会にお申込みください！！

GYM Training復活!!

スピニングヒート
スピニングバイクを使用して
音楽に合わせず、心肺機能を
高めます！是非ご参加ください！

ゴルフ飛距離アップトレーニング
キネシスを使い、ゴルフに活きる
ムーブメントトレーニングを
していきます♪

下記時間はジムトレクラス実施の為
エリアを使用させていただきます
バイクエリア 12:15-12:30
キネシスエリア 14:00-14:15

PREMIUM TENNIS LESSON

定員:6名 料金:2,530円(税込)

11:25~12:35
攻守ポレー4選

担当：田村

13:55~15:05
攻めるストローク

担当：林