

祝日限定

Special Program

GUNZE
SPORTS

2月23日(月・祝)

FITNESS

ENJOY

10:30~11:30

YOGA

高橋 38名

FUNCTIONAL

10:30~11:00

VR TOPRIDE

11:50~12:20



鶴田 30名

12:45~13:30

MEGA DANZ

山口 45名

13:45~14:30

Pilates

山口 38名

15:00~16:00

ダンスエアロ

山口 15名

16:15~17:15

エアロビクス

山口 20名

12:00~13:00

健美脚プレミアム

keren 10名

13:20~14:05

エアリアルリンパヨガ
(低空ハンモック)

keren 6名

TENNIS

A

10:10~11:20

CHALLENGE

ストローク

林

B

10:10~11:20

BASIC

ネットプレー

副島

11:30~12:30

START

初心者

林

12:45~13:45

室内で天候に左右されない
レンタルコート

【料金】4,950円(税込)

13:55~15:05

BASIC

フォアハンドS

副島

15:10~16:20

GAME
シンプルゲーム

副島

【祝日営業時間】10:00~18:00

HOT Yoga

HOTstudio

10:30~11:15

Relax

北村

11:45~12:30

Detox

高橋

14:30~15:15

Hot
Make Yoga

keren

POOL

10:15~10:45

かんたんスイム
【平泳ぎ】

田原 30名

ダンスエアロ エアロビクス

ダンスエアロ

時間 : 15:00~16:00

定員 : 15名

価格 : 1,100円(税込)

担当 : 山口

エアロビクス

時間 : 16:15~17:15

定員 : 20名

価格 : 1,100円(税込)

担当 : 山口

icca

⇒BASIC

⇒CORE&HIP

10:20~11:30

 icca BASIC

鶴田 5名

13:15~14:25

 icca CORE&HIP

片山 5名

健美脚プレミアム

健美脚プレミアム

時間 : 12:00~13:00

定員 : 10名

価格 : 1,100円(税込)

担当 : keren

カラダの仕組みを理解し、
正しく動かすことで姿勢を

改善し、健康的で美しい

脚作りを目指します。

エアリアルリンパヨガ (低空ハンモック)

ハンモックの

浮遊感が最高。

最大の癒しを

お試しください。

エアリアルリンパヨガ

時間 : 13:20~14:05

定員 : 6名

価格 : 990円(税込)

担当 : keren

