

Main table containing program schedules for Monday through Sunday, organized by studio and time slot. Includes program names, instructors, and facility locations.

- 都合により、担当者を変更する場合があります。
プログラムタイムテーブルやプログラム変更
代行情報はスマートフォンやパソコンからも
ご確認いただけます。
グンゼスポーツ 検索
シェイプアップ系・燃焼系プログラム
調整系プログラム&フールプログラム
ボディメイク系・筋力UPプログラム
ダンス系・振り付けを楽しむプログラム

定員制プログラム
開始20分前に整理券を配布致します。
スタジオ・ジム → ジム入口
フール → フール入口
整理券をお持ちの上でご参加下さい。
有料プログラム
2時間前よりフロントにて受付開始
女性限定プログラム
黒塗り部分は前月より
変更したプログラムです。