

10.12
(月)

祝日スケジュール

時間	プログラム	担当	料金
10:00-11:00	楽しく健康椅子体操	松野愛子	710円
11:30-12:15	【MOVE BODY】 FIGHT	Kanako	610円
12:30-13:15	【MOVE BODY】 DANCE	Kanako	610円
15:15-16:00	ORIGINAL HIIT KICK	松山和弘	1,500円
16:30-17:15	POP PILATES	YUKA	610円
17:30-18:15	ZUMBA	miyukichi	610円
19:00-20:00	やさしいバレエ	高倉智子	710円

イベント盛りだくさんの1日

- 1 ジム、プールは無料開放日！
レッスンと組み合わせで効率よく運動しましょう
- 2 大体育室にて子育てフェスタ開催🎵 13:00-17:00
詳しくはチラシやインスタをご確認ください
- 3 人気レッスン盛りだくさん！！

MOVE BODY DANCE/ 前回の祝日で大好評！世界の様々なジャンルのダンスを体感
HIIT KICK / グローブをつけてボクシング体験、10月は月払い（4,500円）で6回参加！
POP PILATES/ 祝日特別復活！音楽に合わせてテンポよく行うピラティスです