

【8/17 訂正版】 9月21日(月) 祝日レッスンスケジュール

9:00	プール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ
10:00			
11:00			
12:00			
13:00			
14:00			
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			
20:00			

《mitt》
実際にグローブをつけて、パンチをmittに打ち込みます！インストラクターがmittを持ちますので、ボクササイズレッスンに参加をしたことがない初心者の方も大歓迎です！ストレス発散効果やシェイプアップ効果は抜群です！ご参加の方は軍手の準備をお願いいたします。グローブやバンテージをお持ちの方はご自身の物を使用していただいて大丈夫です。

※9月21日（月）の営業時間は20:00までとなります。
※太枠で囲まれているレッスンは1,100円以上のレッスンとなります。

9月22日(火) 祝日レッスンスケジュール

9:00	プール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ
10:00			
11:00			
12:00			
13:00			
14:00			
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			
20:00			

※センターレッスンのみの参加は不可
ハールレッスンから
続けてご参加
ください

※9月22日（火）の営業時間は20:00までとなります。
※太枠で囲まれているレッスンは1,100円以上のレッスンとなります。

9月23日(水) 祝日レッスンスケジュール 【生田店】

9:00	プール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	9:00
10:00				10:00
11:00				11:00
12:00				12:00
13:00				13:00
14:00				14:00
15:00				15:00
16:00				16:00
17:00				17:00
18:00				18:00
19:00				19:00
20:00				20:00

※センターレッスンのみの参加は不可
ハールレッスンから
続けてご参加
ください

※9月23日（火）の営業時間は20:00までとなります。
※太枠で囲まれているレッスンは1,100円以上のレッスンとなります。

ご不明な点がございましたらお問合せください 生田店 電話 044-931-4848

ご不明な点がございましたらお問合せください 生田店 電話 044-931-4848

ご不明な点がございましたらお問合せください 生田店 電話 044-931-4848