

6月 土曜日

ファンクショナル担当 & 週替わり①

土曜日	ファンクショナルエリア		スタジオ週替わり①	
	18:30~19:00	担当	19:15~20:00	担当
2日	休館日			
9日	サタデーナイト トレーニング ~30分間サーキット~ 定員12名	三村	ファイドウ	河上
16日		中島	グルーブ (3スタにて実施)	三村
23日		前田	センター	吉田
30日		中島	エンジョイエアロ	松村

★スラックライン (綱渡り) 毎週水曜・木曜・土曜夜 開催中!

※都合によりプログラム内容やインストラクターが変更する場合があります。

※スタジオ入室はプログラム開始の15分前からとなります。

※サタデーナイトトレーニング受付は30分前よりジム内カウンターにて開始いたします。