

12月限定フィットネス教室

～期間限定フィットネス教室開催～

(予約方法は通常のフィットネスと同じです)



12/1(水)	《担当 鍵山》
・フラフープEX	13:30～14:15
・ゆったりヨガ	14:45～15:30
12/3(金)	《担当 加藤》
・卓球レベルアップA	9:15～10:15
・卓球レベルアップB	10:30～11:30
12/5(日)	《担当 影島》
・ZUMBA	19:00～19:45
12/7(火)	《担当 真野》
・コンディショニングストレッチ	13:00～13:45
12/8(水)	《担当 野崎》
・FIERCE CAMP	13:30～14:15
12/11(土)	《担当 野崎》
・コンディショニングヨガ	10:00～10:45
・FIERCE CAMP	11:15～12:00
12/12(日)	《担当 梶山》
・ZUMBA	19:00～19:45
12/14(火)	《担当 小松》
・ZUMBA	14:30～15:15
12/17(金)	《担当 加藤》
・卓球レベルアップA	9:15～10:15
・卓球レベルアップB	10:30～11:30
12/19(日)	《担当 梶山》
・ZUMBA	19:00～19:45
12/21(火)	《担当 真野》
・コンディショニングストレッチ	13:00～13:45
12/22(水)	《担当 野崎》
・FIERCE CAMP	13:30～14:15
12/26(日)	《担当 影島》
・ZUMBA	19:00～19:45

