

長町店

お盆期間 祝日 レッスン スケジュール

2020年8月13日(木)

第1スタジオ	第2スタジオ	ゴルフ	プール
【定員18名】 11:30~12:00 CXワークス / 里館			
	【定員25名】 12:30~13:15 ボディコンバット45 里館		12:00~12:45 水中トレーニング 原田
【定員25名】 13:00~13:45 ボディアタック45 木村(沙)		13:00~15:00 ゴルフレッスン	
【定員20名】 14:30~15:15 ボディパンプ45 加藤	【定員18名】 14:00~14:30 barre / 鈴木(み)	佐々木(英)	
【定員25名】 16:00~16:45 Group Fight45 佐々木(康)	15:50~18:00 キッズバレエ (有料) 佐藤(玲)		16:15~17:00 クロール 米澤

※スタジオレッスンはすべて予約制となります

2020年8月14日(金)

第1スタジオ	第2スタジオ	ゴルフ	プール
【定員25名】 11:30~12:20 ウォーキング50 金澤	【定員12名】 12:00~12:45 サーフエクササイズ Total Beauty 荒木		12:00~12:45 アクアスリム 木村(麻)
【定員25名】 13:00~13:45 バレトン 金澤		13:00~15:00 ゴルフレッスン	
【定員18名】 14:30~15:15 ボディバランス45 佐藤(美)	【定員25名】 14:00~14:45 ズンバ 清水	佐々木(英)	
【定員25名】 16:00~16:45 ボディコンバット45 佐藤(美)	【定員20名】 16:00~16:45 ボディパンプ45 加藤		16:15~17:00 背泳ぎ 佐藤(千)