

【今月のおすすめプログラムカレンダー】



2024年 3 月 組

※ 料金:回数券600円/現金660円

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
「ワンポイント」は 中野泰行コーチが 担当いたします！ 		お得な「共通回数券」を 是非ご利用ください！ 			おはよう元気 (10:05~10:45) ワンポイント (14:20~14:50)	
3	4 休館日	5	6	7	8	9
		ストレッチ&バンドエクササイズ (10:05~10:35) ワンポイント (14:20~14:50)	おはよう元気 (10:20~11:00) ストレッチ&バンドエクササイズ (12:20~12:50)	ボディーシェイプ (13:00~13:30)	おはよう元気 (10:05~10:45) ワンポイント (14:20~14:50)	
10	11 休館日	12	13	14	15	16
		ストレッチ&バンドエクササイズ (10:05~10:35) ワンポイント (14:20~14:50)	おはよう元気 (10:20~11:00) ストレッチ&バンドエクササイズ (12:20~12:50)		おはよう元気 (10:05~10:45) ワンポイント (14:20~14:50)	
17	18 休館日	19	20	21	22	23
		ストレッチ&バンドエクササイズ (10:05~10:35) ワンポイント (14:20~14:50)		ボディーシェイプ (13:00~13:30)	おはよう元気 (10:05~10:45) ワンポイント (14:20~14:50)	
24	25 休館日	26	27	28		
※「休館日特別フリーコース」 はお休みさせていただきます		ストレッチ&バンドエクササイズ (10:05~10:35) ワンポイント (14:20~14:50)	ストレッチ&バンドエクササイズ (12:20~12:50)	ボディーシェイプ (13:00~13:30)	※ 29日(金)~31日(日) 休館日	