

2025年 12月組 今月のおすすめプログラム

料金：回数券600円／現金660円

日	月	火	水	木	金	土
						11/29
11/30	12/1	2	3	4	5	6
	休 館 日	ストレッチ& バンドエクササイズ (10:30～11:00)	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 (10:20～11:00) ストレッチ& バンドエクササイズ (12:20～12:50) ワンポイント (14:15～14:45)	
7	8	9	10	11	12	13
	休 館 日	ストレッチ& バンドエクササイズ (10:30～11:00)	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 (10:20～11:00) ストレッチ& バンドエクササイズ (12:20～12:50) ワンポイント (14:15～14:45)	
14	15	16	17	18	19	20
	休 館 日	ストレッチ& バンドエクササイズ (10:30～11:00)	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 (10:20～11:00) ストレッチ& バンドエクササイズ (12:20～12:50) ワンポイント (14:15～14:45)	
21	22	23	24	25	26	
	休 館 日	ストレッチ& バンドエクササイズ (10:30～11:00)	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)			※12/27(土) より休館日

便利でお得な「共通回数券」をご利用ください！
現金660円→回数券だと1回あたり600円
「10回券」と「5回券」を常時販売中です！

「共通回数券」は様々な場面でご利用いただけます！
・各種おすすめプログラム ・時間外利用 ・「くもり止め」購入



リーズ健康クラブ
成人コース