

フィットネススクール タイムテーブル

2025年4月～

	月	火	水	木	金
10:00					
		はじめてヨガ 10:15-11:00 宮野		健康体操 10:15-11:00 千葉	
11:00					
	バランス コーディネーション® 11:15-12:00 鈴木真由香	ボディメイクヨガ 11:15-12:00 宮野		体すっきりヨガ 11:15-12:00 千葉	
12:00					
	月	火	水	木	金
19:00					
19:45	カタヨガ 19:45-20:30 鈴木美加	マットピラティス 19:45-20:30 早川	バランス コーディネーション® 19:45-20:30 鈴木真由香	ZUMBA 19:45-20:30 清水	WORK OUT 19:45-20:30 伊賀
20:30					
21:00					

※19:45-20:30のレッスンの参加者は21時までのご退館をお願いいたします

料金表			
曜日	対象	回数	月会費(税込)
月・火・木・金のレッスン	高校生以上	月4回	3,600円
水曜日のレッスン		月3回	2,700円