

ゴールデンウィークタイムスケジュール表(4/29-5/6)

ご家族・お友達同伴ペアキャンペーン開催!!(4/29・5/3-6)(対象:高校生以上)

	4/29(火)	4/30(水)	5/1(木)	5/2(金)	5/3(土)	5/4(日)	5/5(月)	5/6(火)									
	多目的室	多目的室	剣道場	柔道場	プール	多目的室	剣道場	柔道場	プール	多目的室	剣道場	柔道場	プール	多目的室	多目的室	多目的室	多目的室
9:00																	
9:00			★														
10:00	BODYBALANCE 有泉 10:00-10:45	MEGADANZ Ma@Sa 10:00-10:45	はじめてヨガ 井上 10:00-10:45		健康ウォーク 10:00-10:25		ヨガ 松浦 10:00-10:45	ひきめピラティス 小柳 10:00-10:45	水中シェイプ 10:00-10:25	BODYCOMBAT 野友 10:00-10:30	初級エアロ 井上 10:00-11:00		健康ウォーク 10:00-10:25	BODYCOMBAT 野友 10:15-11:00	BODYPUMP 後藤 10:00-11:00		
10:00			★														
11:00	BODYCOMBAT 野友 11:00-11:45	BODYCOMBAT 中村 11:00-11:45	フラメンコ 井上 11:00-11:45				リズム&踏み台 10:30-11:00			BODYBALANCE 野友 10:45-11:15							
11:00																	
12:00		BODYATTACK 上原 12:00-12:30	ZUMBA 井上 12:00-13:00				たのしい フランス 小柳 11:15-12:15	ZUMBA 松浦 11:15-12:15		BODYCOMBAT 後藤 11:30-12:00	ZUMBA 井上 11:15-12:15						
12:00																	
13:00		BODYBALANCE 13:15-13:45															
13:00																	
14:00	BODYPUMP 後藤 14:00-15:00	健康アップ体操 14:00-14:45															
14:00																	
15:00		<p><営業について> ※4/30(水).5/1(木).5/2(金)は通常プログラムとなります。 ※5/07(水)は振替休館日となります。 <ご家族・お友達同伴ペアキャンペーン(4/29.5/3-6)について> ※ご家族・お友達の方とご参加いただけますと、お1人さまあたり通常価格より200円割引させていただきます。 例)45分の700円クラスで参加の場合、お2人さま1,000円でご参加いただけます。 ※5月度「う・け・ほ」購入の方は、通常価格より100円割引させていただきます。(但し、割引の併用はいたしかねます。)</p>															
15:00																	
16:00	ヨガ 後藤 15:30-16:30																
16:00																	
17:00																	
17:00																	
18:00																	
18:00																	
19:00		BODYBALANCE 18:45-19:15															
19:00																	
20:00		BODYJAM MAKANA 19:30-20:15	Yoga 根本 19:30-20:30														
20:00																	
21:00		BODYPUMP 美風 20:30-21:30															
21:00																	
22:00																	
22:00																	

<4/29.5/3-6のクラスの申込方法>
 ※定員は20名となります。
 ※4/19(土)13:00～お電話にてお申し込みください。(4/20(日)以降は窓口でも可)

〒301-0854 茨城県龍ケ崎市中里3-2-1 TEL(0297)64-8674 <https://information.konamisportsclub.jp/trust/ryugasakishi/>