

祝日プログラム 9月23日(火)

平素より当施設をご利用くださりまして誠にありがとうございます。
9月23日(火) 秋分の日 祝日スケジュールについて、ご案内いたします。

時間	参加費	プログラム	定員	担当
9:45-10:30	有	かんたんエアロ	30名	大町
10:45-11:30	有	ズンバゴールド45	30名	大町
11:45-12:15	😊	かんたん筋トレ	30名	福田
13:00-13:45	有	シンプルーヨガ	30名	福田
14:00-14:45	有	ボディコンバット45	30名	伊藤
15:00-15:45	有	ボディバランス45	30名	伊藤
19:00-19:45	有	レスミルズシェイプス45	30名	小林
20:00-20:45	有	ボディパンプ45	20名	枘内

😊 施設利用料のみで参加可 有 施設利用料 + 参加費 (310円)

社会状況や天候により営業時間が変更となる場合がございます。
変更の場合は、当施設館内掲示及びHPでご案内いたします。