



GOLD'S GYM®

南青山東京

MINAMIAOYAMA TOKYO

2019年8月12日 (MON)

9:00

G HOT

10:00

9:30~10:30

温・ボディアジャスト

坂下 千景 ☆

WOMEN ONLY

11:00

G SEMI HOT

11:00~12:00

温・パワーヨガ

金子 麗子 ☆ ☆ ☆

12:00

G HOT

13:00

12:30~13:30

温・ピラティス

赤沼由桂 ☆ ☆

14:00

G HOT

15:00

14:30~15:30

温・デトックスヨガ

Naoko ☆ ☆

16:00

G HOT

17:00

16:00~17:00

温・ヨガFit+

momoko ☆ ☆

WOMEN ONLY

18:00

G HOT

17:30~18:30

温・リラックスヨガ

大島 さやか ☆

19:00

