



ゴールドジム浦安千葉  
8月12日(月・祝) スタジオプログラム

STUDIO PROGRAM

8:00	9:00 OPEN	
9:00		
10:00		① 10:30 - 11:15 ミッド&ロー 松田 有希子
11:00		② 11:30 - 12:30 レギュラーステップ° 松田 有希子
12:00		③ 12:45 - 13:30 ZUMBA ジョセフ鮎
13:00	😊	④ 13:45 - 14:45 すっきり健康ヨガ ジョセフ 鮎
14:00	😊	⑤ 15:00 - 16:00 JAZZ DANCE 松本知沙美
15:00		⑥ 16:20 - 17:20 KICK OUT かおる
16:00		⑦ 17:40 - 18:40 ビート&キックス+シェイプ° 荒木美絵子
17:00		スケジュールは都合により急遽変更する場合がございます。 予めご了承いただけますようご案内申し上げます。 詳細は館内掲示・WEBサイトをご確認くださいませ。
18:00		
19:00		
20:00	😊 どなたも参加できるレベル	047-304-2828
21:00		アクティブ系
22:00		ヨガ系リラックス系
23:00		筋コン系 有料スクール

**GOLD'S GYM.**