

STUDIO PROGRAM

INSTRUCTOR

9:00 OPEN

9:00		
10:00	10:30-11:45 ヨーガ	佐藤 悅子
11:00		
12:00	12:00-13:00 カーディオキックボクシング	湯浅 まゆ
13:00	13:20-13:50 スタートステップ	里見 一成
14:00	14:00-14:50 パワージョグ	里見 一成
15:00	15:00-16:15 バレエ	一色 潔
16:00		
17:00	16:25-17:05 ポワント(有料)	一色 潔
18:00		
19:00		
20:00		
21:00		

※本日は祝日の為、ノース東京店のご利用は20:00までとさせていただきます。

20:00 CLOSE

お問い合わせは下記まで

GOLD'S GYM.

豊島区北大塚2丁目24-20 永心ビル3F

ノース東京

TEL 03-3917-9434