



CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

STUDIO SCHEDULE

11月23日(木)勤労感謝の日

STUDIO PROGRAM

INSTRUCTOR

9:00 OPEN

9:00

10:00

10:30-11:45 ヨーガ

佐藤 悦子

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

有 料

16:25-17:05 ポワント(有料)

一色 潔

17:00

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