

ゴールドジム代々木上原店・四ッ谷店 STEP有料クラスのご紹介

舟山若菜（ふなやまわかな）

四ッ谷東京店

金曜17:40-18:40

開催日程予定 12/11.25 1/8.22
2/5.19 3/5.19

マルチステップ

定員12名

・料金 1,500円（税別）

店頭のみ予約可12名 キャンセル待ち3名

レッスン開始2時間前よりご予約頂けます。

東京、神奈川のゴールドジムを中心にエアロビクス、
ステップを教えています。（指導歴20年）他にも
全国数々のステップイベントにてレッスンを担当。



中安佑介（なかやすゆうすけ）

代々木上原東京店（1月より）

毎週水曜 17:10～18:10

マルチステップ

定員14名

・料金 1,500円（税別）

当日2時間前より店頭受付

都内スポーツクラブにてステップ、エアロビクス担当
丁寧でわかりやすい指導を心がけています。



GOLD'S GYM®