

ステップ.エアロビクスは45分、GGキックボクシングは60分です。

* お間違いないようにご参加ください。

	10月		11月		12月
10/5	<p>代行 11:45-12:30 田澤 有貴秀 初中級エアロ</p>	11/2	<p>代行 11:45-12:30 相原 萌絵 初中級ステップ</p>	12/7	<p>11:45-12:30 渡辺 陸美 初中級ステップ</p>
10/12	お休み	11/9	お休み	12/14	お休み
10/19	<p>11:45-12:30  遠藤富美子 初級エアロ+</p> <p>スタジオ初めての方も 参加できます</p>	11/16	<p>11:45-12:30  遠藤富美子 初級エアロ+</p> <p>スタジオ初めての方も 参加できます</p>	12/21	<p>11:45-12:30  遠藤富美子 初級エアロ+</p> <p>スタジオ初めての方も 参加できます</p>
10/26	<p>2F  11:45-12:45 田村 勇太 GGキックボクシング ミット打ちが楽しめます</p>	11/23	<p>2F  11:45-12:45 田村 勇太 GGキックボクシング ミット打ちが楽しめます</p>	12/28	<p>2F  11:45-12:45 田村 勇太 GGキックボクシング ミット打ちが楽しめます</p>

スケジュールは急遽変更になる場合がございます。予めご了承くださいませ。

皆さまどうぞご参加くださいませ

日曜の週替わり① ■

毎週日曜

1.3.5週目 11:45-12:30

1.5週目 渡辺睦美/初中級ステップ

3週目 遠藤富美子 初級エアロ+

2週目 お休み

● 4週目 11:45-12:45

田村勇太/GGキックボクシング

渡辺さん 10/5、11/2、12/7 1週目

小山田さん 10/12、11/9、12/14 2週目

遠藤さん 10/19、11/16、12/21 3週目

田村君 10/26、11/23、12/28 4週目

2017年もご利用頂きありがとうございます。

2018年もよろしくお願ひいたします。

GOLD'S GYM 皆様にとって素晴らしい年になりますようにお祈り申し上げます。

5/3