

ゴールドジム仙台宮城/仙台サンプラザ 年末年始スタジオプログラム

	12月31日(水)		1月1日(木)		1月2日(金)	
	仙台宮城	仙台サンプラザ	仙台宮城	仙台サンプラザ	仙台宮城	仙台サンプラザ
11:00	12:00 OPEN					
12:00						
13:00	12:30-13:30 ZUMBA 岡本真紀子			13:00-14:00 ヨガ waka	12:30-13:30 ボディシェイプ 早坂由美子	13:00-14:00 ZUMBA 内藤朋子
14:00	13:45-14:45 ピラティス 岡本真紀子			14:15-15:15 ZUMBA & FBX 石井映治郎	13:45-14:45 ヨガ 佐藤希見恵	14:15-15:15 STRONGNATION 内藤朋子
15:00		休館日	休館日			
16:00	◆2025年12月30日(火)迄は通常営業、通常レッスンとなります。 ◆2025年12月31日(水)、2026年1月1日(木)、1月2日(金)は 特別営業の為、別途料金が必要になります。 詳細はホームページまたは館内掲示をご確認下さい。 仙台宮城店: 022-716-8868 仙台サンプラザ店: 022-791-3939					
17:00						
18:00	18:00 CLOSE					