



東浦和さいたま

2026年2月11日（水）祝日スタジオプログラム

STUDIO PROGRAM

INSTRUCTOR

8:00 OPEN

8:00			
9:00		8:50-9:50 フィジカルバランス60	山口 清美 整理券/定員30名
10:00		10:00-11:00 ZUMBA	西田 のぞみ
11:00		11:10-11:55 エアロ45	久保田 温郎
12:00		12:05-12:55 ボディアジャスト	久保田 温郎 整理券/定員25名
13:00		13:10-14:10 ヨガ	万里 整理券/定員30名
14:00		14:20-15:20 JAZZ HIPHOP	万里
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00		*各レッスンで定員数が変わりますのでご注意ください。	
20:00			
21:00		21:00 CLOSE	

※本日は祝日営業の為、東浦和さいたま店のご利用は21:00までとさせていただきます。

お問い合わせは下記まで

GOLD'S GYM ゴールドジム東浦和さいたま

さいたま市緑区大字中尾緑島2503-3 **TEL 048-799-2722**