

2月11日(水) 祝日プログラム

10:30-10:50

ゴールドコンディショニング

担当: スタッフ

11:00-12:00

LATINATION

担当: Gabo

12:15-13:15

グループパワー

担当: Non

13:30-14:20

シンプルエアロ

担当: 植田

14:35-15:25

フローヨガ

担当: NORIE

15:40-16:30

ピラティス

担当: 石河

16:45-17:35

シェイプステップ

担当: 石河

GOLD'S GYM®