



ゴールドジム合志熊本店 2022年 8月

月 (MON)			火 (TUE)			水 (WED)			木 (THU)			金 (FRI)			土 (SAT)			日 (SUN)					
	スタジオ	プール	体育館	スタジオ	プール	体育館	スタジオ	プール	体育館	スタジオ	プール	体育館	スタジオ	プール	体育館	スタジオ	プール	体育館	スタジオ	プール	体育館		
	7:00 OPEN			7:00 OPEN			7:00 OPEN			7:00 OPEN			7:00 OPEN			7:00 OPEN							
7:30															8/12(金)8/13(土) 夏季休館日							7:30	
8:00																							8:00
8:30																				9:00 OPEN			8:30
9:00		9:30 OPEN			9:30 OPEN			9:30 OPEN			9:30 OPEN			9:30 OPEN									9:00
9:30	GGXラジオ体操 9:40-9:50 スタッフ			GGXラジオ体操 9:40-9:50 スタッフ			GGXラジオ体操 9:40-9:50 スタッフ			GGXラジオ体操 9:40-9:50 スタッフ			GGXラジオ体操 9:40-9:50 スタッフ			GGXラジオ体操 9:40-9:50 スタッフ						9:30	
10:00																						10:00	
10:30	初級ピラティス 10:00-10:40 坂井						朝ヨガ 10:00-10:40 平野			やさしいHI-LO 10:00-10:40 東 貴			初級ピラティス 10:00-10:40 原田			10:00 OPEN この時間は キッズスクールを 行っております。 4コース利用可能 10:00～11:20			やさしいボディシェイプ 10:00-10:40 山元			10:30	
11:00																						11:00	
11:30	オリジナルエアロ 11:00-11:40 坂井						ウォークエアロ 11:00-11:40 松江			リフレッシュヨガ 11:00-11:40 甲斐			ウォークエアロ 11:00-11:40 花園			ボルド・ブラ 11:00-11:40 佐藤 達			avex DanceMaster HIP HOP リトル (4歳～未就学児) 10:30～11:30	ウォークエアロ 11:00-11:40 永田		11:30	
12:00																						12:00	
12:30	アロマヨガ 12:00-12:40 池田						グループファイト45 12:00-12:45 KAYO	アクアピラティス 12:00～12:40 片田					ヨガ 12:00-12:40 MAKI			リトモス 12:00-12:40 佐藤 達			avex DanceMaster HIP HOP キッズ (小学生) 11:45～12:45	ZUMBA 12:00-12:40 東 美		12:30	
13:00																						13:00	
13:30	ZUMBA 13:00-13:40 上村	パラエティアクア 13:00-13:40 小倉					ピラティス 13:00-13:40 浦部			リトモス 13:00-13:40 佐藤 淳			初級HIP HOP 13:00-13:40 森山			NEW! Sintex® Tone and Reborn 13:00-13:40 佐藤 達				STRONG Nation™ 13:00-13:45 東 美		13:30	
14:00																						14:00	
14:30							SALSATION® (デモレッスン) 14:00～14:40 kyosuke			ウォークエアロ 14:00-14:40 森山			グループファイト45 14:00-14:45 HIRO									14:30	
15:00																						15:00	
15:30																						15:30	
16:00		この時間は 3コース利用可能 15:20～16:20			この時間は 3コース利用可能 15:20～16:20			この時間は 3コース利用可能 15:20～16:20			この時間は 3コース利用可能 15:20～16:20			この時間は 3コース利用可能 15:20～16:20						有料スクール ハニースチアダンスアカデミー チアダンス リトル (未就学児) 15:00～16:00			16:00
16:30																						16:30	
17:00		この時間をご利用 できません。 16:20～18:30 キッズスクールを 行なっております。			この時間をご利用 できません。 16:20～18:30 キッズスクールを 行なっております。			この時間をご利用 できません。 16:20～18:30 キッズスクールを 行なっております。			この時間をご利用 できません。 16:20～18:30 キッズスクールを 行なっております。			この時間をご利用 できません。 16:20～18:30 キッズスクールを 行なっております。						有料スクール ハニースチアダンスアカデミー チアダンス エレメンタリー (小学1年生～6年生) 16:10-17:10		17:00	
17:30																						17:30	
18:00																						18:00	
18:30																						18:30	
19:00	グループファイト45				2コース利用可能 18:30～19:40									2コース利用可能 18:30～19:40								19:00	
19:30	19:00-19:45 HIRO						ウォークエアロ 19:00-19:40 桙本					有料スクール 極真空手 (成人の部) 19:00～20:15	avex DanceMaster K-POP (小学生～中学生) 19:00-20:00									19:30	
20:00																						20:00	
20:30	リトモス 20:00-20:40 佐藤 淳						ピラティス 20:00-20:40 桙本						グループファイト45 20:15-21:00 KAYO			ZUMBA TONING 20:00-20:40 東 美						20:30	
21:00																						21:00	
21:30	リフレッシュヨガ 21:00-21:40 三沢																					21:30	
22:00																						22:00	
22:30		22:00 CLOSED			22:00 CLOSED			22:00 CLOSED			22:00 CLOSED			22:00 CLOSED								22:30	
23:00																						23:00	