

# ゴールドジム函館 2025年ゴールデンウィーク祝日スタジオプログラム

4月29日(火・祝)	5月3日(土・祝)	5月4日(日) は通常営業と なります	5月5日(月・祝)	5月6日(火・祝)
10:30-11:30 ヨガ 畠山	10:30-11:30 ファットバーンエクストリーム 日野		10:30-11:30 ヨガ 数馬	10:30-11:30 ヨガ 畠山
11:45-12:45 ZUMBA 西村	11:45-12:45 ZUMBA MEGU		11:45-12:45 ZUMBA MEGU	11:45-12:45 ファットバーンエクストリーム 日野
13:00-14:00 ボディコンバット 相場	13:00-14:00 ボディパンプ 相場		13:00-13:45 レズミルズダンス 高橋	13:00-14:00 YOGA 久保
14:20-14:50 GRITストレングス 平田	14:20-15:20 RPM60 相場・平田		14:00-15:00 ボディコンバット tomo	14:15-15:15 ボディアタック 相場・高橋
15:10-16:10 HIP HOP Rion	15:40-16:10 GRIT カーディオ 平田		15:20-16:20 HIP HOP Rion	15:35-16:20 レズミルズピラティス tomo
16:30-17:30 ヨガ 数馬	16:30-17:30 ヨガ 数馬		17:00-18:00 ボディパンプ バーチャル	17:00-17:30 レズミルズコア バーチャル
18:00-18:50 RPM バーチャル	17:45-18:45 ボディパンプ バーチャル		18:10-19:10 ボディコンバット バーチャル	17:45-18:45 ボディアタック バーチャル
19:15-19:45 GRIT ストレングス バーチャル	19:00-19:45 レズミルズダンス バーチャル		19:20-19:50 GRITカーディオ バーチャル	19:00-19:30 GRITアスレチック バーチャル

各祝日営業時間 10:00-21:00

RPM60 5/3のご予約は4/19(土)AM10:00~フロントにて承ります

デイ会員は祝日を「時間外利用1,100円/日」にてご利用いただけます