



浦安千葉  
2/11(水)・2/23(月)  
祝日スタジオ特別プログラム

	2月11日(水)	2月23日(月)
7:00 OPEN		
9:00		
10:00	<b>【シアターJAZZ】</b> 10: 00~11: 00 濱沼 真幸	<b>【ミッド&amp;ローインパクト】</b> 10: 30~11: 15 松田 有希子
11:00	<b>【ZUMBA】</b> 11: 15~12: 00 TSUKASA	<b>【レギュラーステップ】</b> 11: 30~12: 30 松田 有希子
12:00	<b>【ボディメイク】</b> 12: 15~12: 45 TSUKASA	<b>【ZUMBA】</b> 12: 45~13: 30 ジョセフ鮎
13:00	<b>【ステップ1】</b> 13: 15~14: 00 里見 一成	<b>【すっきり健康ヨガ】</b> 13: 45~14: 45 ジョセフ鮎
14:00	<b>【ステップ1】</b> 14: 15~15: 15 里見 一成	
15:00		<b>【GGX】</b> 15: 05~15: 35 スタッフ
16:00		
17:00		
18:00		<b>【エアロ2.5】</b> 17: 45~18: 45 ゆっきー
19:00	<b>【初中級エアロ】</b> 19: 20~20: 05 大畠 淳一	<b>【ZUMBA】</b> 19: 00~19: 45 野中 映仁子
20:00		
21:00	<b>【ラーニングステップ】</b> 20: 15~21: 15 大畠 淳一	<b>【リラックスヨガ】</b> 21: 00~22: 00 細田 哲生
22:00		

22:30 CLOSE

**GOLD'S GYM.**



.... 変更ありレッスン