



浦安千葉  
7月20日（月）祝日スタジオ特別プログラム

7:00 OPEN

9:00

10:00

【ミッド&ローインパクト】  
10: 30~11: 15 松田 有希子

11:00

【レギュラーステップ】  
11: 30~12: 30 松田 有希子

12:00

【ZUMBA】  
12: 45~13: 30 ジョセフ鮎

13:00

【すっきり健康ヨガ】  
13: 45~14: 45 ジョセフ鮎

14:00

【GGX】  
15: 15~15: 45 スタッフ

15:00

16:00

【エアロ2.5】  
17:45~18:45 ゆっきー

17:00

18:00

【ZUMBA】  
19: 00~19: 45 野中 映仁子

19:00

20:00

【リラックスヨガ】  
21: 00~22: 00 細田 哲生

21:00

23:30 CLOSE

GOLD'S GYM.