

	月 (MON)		火 (TUE)		水 (WED)		木 (THU)		金 (FRI)		土 (SAT)		日 (SUN)	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
	7:00 OPEN (第3水曜日は23:00～)		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN	
7:00														
8:00														
9:00				ヨガ 8:50-9:10 STAFF				ヨガ 8:50-9:10 STAFF						
10:00	ヨガ 9:15-10:15 渡邊 敬子		ヨガ 9:30-10:30 高橋 志帆					有料レッスン						
11:00	オリジナル ステップ 10:30-11:30 黒部 美砂子							バレエ 9:45-11:15 中田 優衣 1,650円				オリジナル ステップ 10:15-11:15 黒部 美砂子		
12:00														
13:00														
14:00														
15:00														
16:00														
17:00														
18:00														
19:00														
20:00														
21:00														
22:00														
23:00														
	24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN	

スケジュール及び担当者は変更になる場合がありますので、予めご了承下さい。  
 レンタルスタジオ (メンバー・ビジター利用可) の詳細についてはフロントまでお尋ね下さい。 \* 深夜のレンタルもごさいます。

- アクティブ
- ダンス
- コンディショニング・調整
- ヨガ
- 有料スクール

初心者でも安心して  
ご参加いただけます。  
 ゴールドジム厚木神奈川  
 046-294-3331  
 厚木店ホームページはこちら

