

	4月29日 (水)		5月4日 (月)		5月5日 (火)		5月6日 (水)	
	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							
9:00								
10:00					機能改善ストレッチ 10:00-10:30 SHIHO		美尻トレーニング 9:50-10:20 SHIHO	
11:00	ZUMBA 10:40-11:40 Akemi		カーディオキック ボクシング 10:30-11:15 高橋 幸子	ヨガ 10:15-11:15 内田 利子	★ ボディシェイプ 10:45-11:45 AILI		ZUMBA 10:40-11:40 Akemi	
12:00	WEB予約 カーディオキック ボクシング 12:00-12:45 SHIZUKA		STRONG NATION 11:30-12:15 高橋 幸子	ピラティス 11:30-12:15 高橋 圭		WEB予約 Gリラックスヨガ 12:00-13:00 AILI	WEB予約 カーディオキック ボクシング 12:00-12:45 SHIZUKA	
13:00	Qrenボディメンテナンス 13:00-13:45 SHIZUKA		STEP40 12:30-13:10 高橋 圭		ハレエ (初級) 12:00-13:00 Chi-tan.		Qrenボディメンテナンス 13:00-13:45 SHIZUKA	
14:00	ヨガ 14:00-15:00 内田 利子		ナニアロハ 13:30-14:30 emi		SALSATION@ 13:15-14:15 Lilian			イシュタヨガ 14:00-15:00 YOSHIKO
15:00			ベリーダンス 14:50-15:50 Parwanaフミ		HIP HOP (初級) 14:30-15:30 Rie			
16:00							ピラティス 15:15-16:15 芦田 天文字	
17:00	Group Power 16:35-17:20 湯浅 敬太		★ イベント Group Power コラボ 16:20-17:20 湯浅 敬太 & Ryoko				Group Power 16:35-17:20 湯浅 敬太	
18:00							有料スクール	※有料スクール につきましては 別途スクール予 定表にてご確認 ください。
19:00								
20:00								
21:00								
	22:00 CLOSE							

※GroupPowerは器具を多く使用する為、安全を考慮し、定員19名 と致します。

第3回
湯浅TR & RyokoIR
GROUP POWER
コラボレッスン

【参加特典】
ラウンジプロテイン
5サイズ無料券
プレゼント!

開催場所：ゴールドジム千葉ニュータウン店 Aスタジオ
開催日時：5月4日(月・祝) 16:20~17:20
参加費：・無料 (ビジー様は別途施設利用料がかかります)
定員数：・19名 ※当日レッスン開始2時間前より整理券配布
披露曲：・JAN26

皆様のご参加をお待ちしております!!
みんなで一緒に、LET'S MOVE!