

変更はWEBサイト、館内掲示でご案内致します。皆様に安全に快適にご参加頂くため、レッスン開始時間10分過ぎたのご参加はご遠慮くださいませ。

Jun-23

*運動強度は、個人差がありますので、あくご参考として下さい。その日の体調に合わせて無理のないクラスをお選び下さい。
 合により変更する場合があります。予めご了承下さい。変更は館内掲示・HPスケジュール・代行情報を確認をお願いいたします。

詳細はインストラクターにお気軽にお問い合わせください。皆様のご参加をお待ちしています

ゴールドジムイースト東京 TEL 03-3645-9434