

行徳千葉フィットネスセンター 有料スタジオレッスン一覧

《JAZZ テクニカル》

Rie IR

日時:11月15、29日(土) 19:45~20:45

料金:1,650円(税込)

価格改定、
レッスン数増加!

より詳しく丁寧に、
踊りこんでいきましょう。

※当日のJAZZ DANCE
で行った内容の最終調整を
行い、通しで1コーラス分の
振り付けを踊ります。



アスレチックセンター(AC)で実施!!

《 HAND STAND トレーニング 》

ILLYA(イリヤ) IR

日時:平日毎週火曜 19:30~21:00

料金:1,571円(税込)

*途中参加、退場可能



自重のみの動きで体を整え、
連動動作での全身の筋肉、神経、
骨などが鍛えられます。美しい体、
パフォーマンスの向上に役立ちます。
本気で鍛えている皆様どうぞ
ご参加下さい。

《パワーヨガ 上級ポーズにチャレンジ》

SATOKA IR

日時:11月28日(金) 15:45~16:45

料金:1,540円(税込)

太陽礼拝からの上級ポーズ(アームバ
ランス・ヘッドスタンド・バックバンド)等に
挑戦するレッスンです。

ご要望を聞きながらできない事をできる
ようにをテーマとしています。

ご質問があればレッスン中にどしどしと
してもらえたら、それに向けて行ってい
きます



・略称:FC=行徳フィットネスセンター AC=行徳アスレチックセンター

・有料料金に加え、ビジター様はビジター料金¥3,080(税込)、法人様は
各法人利用料、時間外利用&他店利用料が発生するプランのお客様は
¥1,100(税込)のお支払いが必要です。

・有料レッスンは1週間前の同時刻から予約可能。
必ず事前にお支払い下さい。支払をもって入場整理券を発行します。

・お支払後の返金は出来かねます。

・アスレチックセンターの予約、支払もフィットネスセンターにて可能です。

・営業時間外のお電話はお受けできません。

Instagram



11 November

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	31	1
2	3 文化の日	4 バレエセンター Aura ILLYA(AC)	5	6	7 立冬	8
9	10	11 バレエセンター Aura ILLYA(AC)	12	13	14	15 Rie JAZZテクニカル
16	17 休館日	18 バレエセンター Aura ILLYA(AC)	19	20	21	22
23 勤労感謝の日	24 願望休日	25 バレエセンター Aura ILLYA(AC)	26	27	28 SATOKA 上級パワーヨガ	29 Rie JAZZテクニカル
30	1	2	3	4	5	6

● 新規有料レッスン バレエセンター with Aura

毎週火曜 16:10~16:40
料金:990円(税込)



センターワークの動きを分解し、通常レッスンでは細かく説明出来ない事を丁寧に説明しながら、反復練習をしていきます。

・有料料金に加え、ビジター様はビジター料金¥3,080(税込)、法人様は各法人利用料、時間外利用 & 他店利用料が発生するプランのお客様は¥1,100(税込)のお支払いが必要です。

・1週間前の同時刻から行徳店の店頭、行徳店のTELにてのみ予約可能です。
事前にご予約、お支払い下さい。支払をもって入場整理券を発行します。

ゴールドジム行徳千葉 有料レッスン紹介

ご要望におこたえしに月2回に変更！

月2回、土曜実施！
19:45～20:45開催
【JAZZ テクニカル】
料金:1,650円(税込)



より詳しく丁寧に、
少し難しい内容を
練習して踊りましょう。

Rie インストラクター

-スタッフより-

人気インストラクターRieさんのJAZZテクニカル、皆様のご要望におこたえし、実施回数を増やしてくれました。

今後の予定は下記となっております。

- ・土曜日が4週の月 → 2、4週目の土曜に実施
- ・土曜日が5週の月 → 3、5週目の土曜に実施