

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:9月27日(土) 19:45~20:45

料金:1,100円(税込)



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

※9月23、30日は休講です

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:9月19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



9 September

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
31	1	2	3	4	5	6
		ILLYA(AC)				
7	8	9	10	11	12	13
		ILLYA(AC)				
14	15 敬老の日	16	17	18	19	20
		ILLYA(AC)			SATOKA 上級パワーヨガ	
21	22 休館日	23 秋分の日	24	25	26	27
						Rie JAZZテクニカル
28	29	30	1	2	3	4