

**2024年1月1日(月) 特別営業日(有料)
スタジオスケジュール**

A studio

■メンバー ¥1,100 (税込)
■ビジター ¥1,100 (税込) + 各店舗のビジター
料金

12:00 **12 : 00 OPEN** 12:00

13:00 **※整理券配布について※** 13:00

12時のオープンより受付に整理券台帳をお出ししますので
参加ご希望のお客様は台帳に記入の上整理券をお受け取り下さい。
施設利用料のお支払いは整理券取得後で構いません。

14:00 **整理券** 14:00

13:45～15:00
ステップ初中級(75) 定員:30名
有坂 さおり

15:00 15:00

16:00 **15:15～16:00** 16:00

BODY REBOOT ストレッチ(45)
有坂 さおり

17:00 **【BODY REBOOT ストレッチとは?】** 17:00

年末年始でなまった身体を、やさしく目覚めさせる
ストレッチのクラスです。
ほぐして整え、動ける身体へリブートしましょう♪

18:00 **18 : 00 CLOSE** 18:00



当日Bスタジオのレッスンはございません。

スケジュールは都合により変更になる場合が御座いますので予めご了承下さい。
ゴールドジム国立東京 TEL:042-501-2828