



幕張千葉ANNEX・幕張ベイパークアリーナ 7月21日（月）祝日スタジオ特別プログラム

	ANNEX	ベイパークアリーナ
	7:00 OPEN	9:00 OPEN
9:00	※WBGは休館日です。	
10:00	エアロ中級 10 : 00-11 : 00 陸野 裕子	
11:00		ヨガティス 10 : 30-11 : 30 梶原 千賀子
	イベントレッスン K-POP DANCE 11 : 15-12 : 15 CHIKA	
12:00		ZUMBA 11 : 45-12 : 30 伊東 知子
	ヨガ 12 : 30-13 : 30 sato	ヨガ 12 : 45-13 : 35 石川
13:00		
14:00	ZUMBA 13 : 45-14 : 45 久保田 純子	エアロ初中級 13 : 50-14 : 35 CHIKA
15:00	HIP HOP初級 15 : 00-16 : 00 KOJI	
16:00		
	エアロ初中級&シェイプ 16 : 20-17 : 20 宮沢 美登里	
17:00		
18:00		※夜のレッスンはありません。
19:00	【CAUTION】 レッスン開始10分以降のご入室 及び途中退出はお控え下さい。 荷物を置いての場所取りはご遠慮下さい。 皆様が気持ちよくご利用いただけますよう スタジオマナー向上にご協力の程お願い申し上げます。	
20:00		

GOLD'S GYM.