



幕張千葉・幕張ANNEX・幕張ベイパークアリーナ 祝日スケジュール

3月20日(金)

	ANNEX	WBG	ベイパーク
10:00	7:00 OPEN	10:00 OPEN	9:00 OPEN
11:00	エアロ初中級&シェイプ 10:15-11:15 富澤 由貴	D-Kick 10:45-11:45 除村 元子	ヨガ 10:40-11:30 上野 さぎり
12:00	ヨガ 11:30-12:30 sato	Qrenボディメンテナンス 12:00-12:45 除村 元子	SALSATHION® 11:45-12:45 RYON
13:00	HIP HOP初級 12:45-13:45 森林 なつみ	エアロ初級 13:00-13:45 上野 さぎり	タヒチアンダンス入門 13:00-13:50 Megumi
14:00	ボディメンテナンス ボール体操 機能改善&ストレッチ 14:00-14:45 除村 元子	ヨガ (姿勢と呼吸を整える) 14:00-15:00 石川	
15:00	GGX 15:00-15:30 GG STAFF		特別レッスン 有料イベント【Feel the Dance】 14:40-15:50 KIKU & DJ TAKA ジャンルは「HIP HOP」初心者OKのコリオ
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			
20:00	ZUMBA 19:50-20:50 伊藤 知子	20:00 CLOSE	ボディシェイプ 19:30-20:20 永野 幸子
21:00			
22:00			
	23:00 CLOSE		22:30 CLOSE

GOLD'S GYM.

