



2025~2026

❀ スタジオプログラム

12.31 wed

12:30~ピラティス / 木村まり子

13:45~シェイプボクシング / 草野宏美

1.1 thu

12:30~ボディメイク&ストレッチ / 沙弥子

13:45~ヨガ / moco

1.2 fri

12:30~サバイバルキック / 沙弥子

13:45~ヨガ / 木村まり子

12.31/1.1/1.2

特別営業 12:00~18:00

※1.3~通常営業

【特別施設利用料金】

1,100円 (税込)



木村まり子



草野宏美



沙弥子



moco

ゴールドジム本八幡千葉