

# ゴールドジム宝塚兵庫 日曜日 週替わりレッスン 4月

	ステップのみ WEB予約対象 4月5日 第1週目	2本とも WEB予約対象 4月12日 第2週目	ステップのみ WEB予約対象 4月19日 第3週目	2本とも WEB予約対象 4月26日 第4週目	
14:00					14:00
14:15					14:15
14:30	オリジナルステップ45	ZUMBA	オリジナルステップ60	オリジナルステップ60 ~シングル横置きステップ~	14:30
14:45	14:30-15:15	14:30-15:30	14:30-15:30	14:30-15:30	14:45
15:00	三宮 慶祐	勝連 智美	松本 莉奈	新城 めぐみ	15:00
15:15					15:15
15:30	オリジナルエアロ60	ZUMBA	オリジナルエアロ45	オリジナルステップ45 ~シングル縦置きステップ~	15:30
15:45	15:30-16:30	15:45-16:30	15:45-16:30	15:45-16:30	15:45
16:00	三宮 慶祐	勝連 智美	松本 莉奈	新城 めぐみ	16:00
16:15					16:15
16:30					16:30
16:45					16:45
17:00					17:00
18:00					18:00

月によってレッスンの内容・インストラクターが変更します。  
 又、直前にやむを得ずレッスンの内容が変更する場合がございます。  
 予めご了承くださいませ。