



	月 (MON)		火 (TUE)		水 (WED)		木 (THU)		金 (FRI)		土 (SAT)		日 (SUN)	
	Astudio	Bstudio	Astudio	Bstudio	Astudio	Bstudio	Astudio	Bstudio	Astudio	Bstudio	Astudio	Bstudio	Astudio	Bstudio
	7:00 OPEN (第3月曜日は17:00~)		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN			
7:00														
7:30														
8:00														
8:30														
9:00														
9:30														
10:00														
10:30					10:00-11:00 パル瑜伽 米田 由紀子									
11:00	10:45-11:45 ラテンエアロ SATO						10:30-11:30 身体改善 エクササイズ 広瀬 美智子							
11:30					11:15-11:45 バレエ基礎 上原 絵美									
12:00														
12:30	12:00-13:00 ピラティス SATO				11:45-13:15 バレエ初級 上原 絵美									
13:00														
13:30	13:15-14:15 HIPHOP DANCE 佐藤 綾													
14:00					13:30-14:45 JAZZ DANCE TOMOKO									
14:30														
15:00														
15:30														
16:00														
16:30														
17:00														
17:30														
18:00														
18:30														
19:00														
19:30														
20:00	19:30-20:20 オリジナルエアロ 50 山口 優子													
20:30														
21:00	20:30-21:30 オリジナルステップ 山口 優子													
21:30														
22:00														
22:30														
23:00														
23:30														
0:00	24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN			



GOLD'S GYM 公式WEBサイト  
<http://www.goldsgym.jp>  
 NTT docomo i モード対応サイト  
<http://www.goldsgym.jp./I/>

初心者でも安心して  
ご参加いただけます。

2週間の無料体験  
までどなたでもご参  
りいただけます。

スケジュールについてご不明な  
点などございましたら、お気軽に  
お問い合わせ下さい。

ゴールドジム厚木神奈川  
046-294-3331  
第3月曜日は17:00~の  
OPENとなります。

祝祭日は特別スケジュールとなりますので館内告知、ホームページ等で御確認ください。  
<http://www.goldsgym.jp>

レンタルスタジオ(メンバー・ビジター利用可)についての詳細はフロントでお尋ね下さい。なお、深夜のレンタルもございます。

スケジュール及び担当者は変更になる場合がありますので、予めご了承下さい。

