



GOLD'S GYM®
TOYAMA KANSUI PARK

CHANGE
YOUR BODY,
CHANGE
YOUR LIFE.™

11月日曜日・祝日 週替わりレッスンのご案内

楽しく動いて、もっと好きな自分に。

日程	10:30~11:30	12:00~13:00	13:30~14:30	15:00~16:00
2026/11/1 (日)	休館日			
2026/11/3 (火・祝)	フローヨガ60 5F あづさ	LES MILLS BODYSTEP 6F RYOTA	LES MILLS BODYATTACK 6F RYOTA	エアロMAX60 6F 二川
2026/11/8 (日)	LES MILLS BODYCOMBAT 6F MAHO	LES MILLS BODYJAM 6F MAHO	かんたんエアロ45 6F 二川	RADICAL FITNESS UBOUND60 6F RYOTA
2026/11/15 (日)	LES MILLS BODYPUMP 6F N	ピラティス60 6F 池永	LES MILLS BODYCOMBAT 6F N	GRIT STRENGTH45 6F N
2026/11/22 (日)	LES MILLS BODYSTEP 6F RYOTA	LES MILLS BODYATTACK 6F RYOTA	かんたんエアロ45 6F 二川	LES MILLS BODYCOMBAT 6F RYOTA
2026/11/23 (月・祝)	休館日			
2026/11/29 (日)	RADICAL FITNESS UBOUND45 6F 10:30~11:15 RYOTA	LES MILLS BODYSTEP 6F RYOTA	LES MILLS BODYATTACK 6F RYOTA	LES MILLS BODYCOMBAT 6F RYOTA

● 5Fスタジオ ● 6Fスタジオ

休館日：1日(日)・23日(月・祝)

※スケジュール・担当者は変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

GOLD'S GYM®
TOYAMA KANSUI PARK

STRONGER
THAN
YESTERDAY