

9月23日(水)祝日プログラム

11:00-12:00

ピラティス

担当: 野田 美香

12:15-13:05

ボディメイクボクシング

担当: フジオ

13:20-14:10

エアロ&コンディショニング

担当: AZ

14:25-15:15

フローヨガ

担当: CHIHIRO

NEW!!

15:30-16:20

ZUMBA

担当: 岩岬 詳子

16:35-17:25

ピラティス・パワー&フロー

担当: AZ

GOLD'S GYM®