

1月12日 (月) 祝 STUDIO & POOL Program

月曜日				
	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール
10:00				
10:30		BODY RUSH 10:20~11:05 (高 橋)	フリータイム 自由にバイクを ご利用頂けます。	
11:00	初めてエアロ  10:30~11:15 (渡 邊) 			流水教室 (佐々木 孝弘) 10:25~10:55 10:30~11:30 
11:30	ラテンコンサルサ@ 11:30~12:15 (渡 邊) 	やさしいベリーダンス 女性限定(堀内)  11:15~12:00		流水水中ウォーキング 11:30~12:00(高橋) 
12:00				
12:30	ダンベル体操(佐々木) 12:30~13:00	インフィーハッピーストレッチ 12:15~13:00  (望) 		らくらく背泳ぎ(佐藤康弘) 12:15~12:45
13:00				
13:30	サルセーション 13:15~14:00 (長瀬)	ボディトレーニング 13:15~14:00  (望) 		水中ウォーキング(佐藤康弘) 13:00~13:30 
14:00				
14:30	フラダンス 14:20~15:05 (伊藤)	GROUP POWER 14:15~15:00 (MASAKAZU)		
15:00				
15:30	エンジョイエアロ 15:30~16:15 (笹 田)	ボディメイクヨガ 15:15~16:00 (石 堂)		らくらくクロール(高橋) 15:45~16:15
16:00				
16:30		FIGHT RUSH 16:30~17:15 (高 橋)		
17:00	キッズダンススクール 16:45~17:45			
17:30	キッズダンススクール 17:45~18:45			
18:00				
18:30				
19:00				

phiten 健光浴機器無料体験会

10:00~18:00 商品販売もあります



20時閉館です

【新習慣応援】ジム仲間を増やそう！紹介キャンペーン実施中

現在、会員様のご家族やお友達がお得に入会できる「ご紹介特典」をご用意しております。

トレーニングやスタジオレッスン、仲間がいればもっと楽しくなります！

身近に「運動を始めたい」と言っている方は、いらっしゃいませんか？是非、ご紹介ください。

～キャンペーン内容～

- ・□紹介者様(会員様)への特典: → **現金5,000円プレゼント！！**
- ・ご入会者様(ご家族・お友達)への特典
 - ①**入会金(通常22,000円)→0円**
 - ②**事務手数料(通常5,500円)→0円**
 - ③**年会費(通常2,200円)→0円**
 - ④**1月・2月 月会費3,000円**
 - ⑤**純素水サーバー 1ヶ月無料**

