



こどもの日プログラム

5月6日(月)



月曜日		
スタジオA	スタジオB	プール
10:20~11:20 BODYBALANCE60 KIRARI	10:20~11:05 ピラティス45 隆広	
11:35~12:35 BODYPUMP60 KIRARI	11:35~12:20 ヴィンヤサヨガ45 木村 まな	11:20~11:50 アクアウォーキング30 隆広
		12:00~12:30 初級クローラ30 隆広
12:50~13:35 リラックスヨガ45 木村 まな	12:45~13:30 UBOUND45 永薺 采佳	
13:55~14:25 BXサーキット30 大山 聡	13:45~14:30 TOP RIDE45 土屋 亜紀子	
14:40~15:25 LesMillsCORE45 大山 聡	14:45~15:30 リトモス45 YUUKA	15:00~15:30 初めて平泳ぎ30 土屋 亜紀子
15:40~16:25 ZUMBA45 柴田 竜一	15:45~16:30 ピラティス45 垣野 満裕美	
16:45~17:30 BODYCOMBAT45 垣野 満裕美	16:50~17:20 ボディコンディショニング30 YUUKA	

KIRARI IR登場☆

久々にKIRARI IRが登場☆
精錬されたバレエの動きも
さながら、BODYPUMP!
そしてBODYBALANCE!
減多にない是非この機会
にレッスンを受けられて
みてください☆



各動的レッスン☆

定番の竜一ZUMBAに
アキコライドにオーヤマコア
などダンス系もトレ系も
格闘技系も自転車も
トランポリンも・・・
GW最終日は色々な
レッスン参加で動いて
たくさん汗を流しま
しょー!



垣野COMBAT

垣野IRによるB-fit千里
での初BODYCOMBAT☆
減多にない機会ですので
是非この機会に受けら
れてみませんか??

