

越前花がたみの郷 スタジオプログラム

2020. 8月

...健康ルネッサ体操
 ...初心者・初級向けプログラム



	月	火	水	木	金	土	日
10:00							定休日
10:30~11:15	元気にステップ ＜中田＞	10:30~11:30 ボディシェイプヨガ ＜山田き＞	10:30~11:15 らくらくエアロ ＜山田美＞		10:30~11:15 らくらくエアロ ＜AKIYO＞	10:30~11:15 ズンバ ＜林＞	
			13:30~ 健康ルネッサ体操※				
		14:00~14:45 脂肪燃焼エアロ ＜武信＞	14:00~15:00 ボディシェイプヨガ ＜中田＞	14:00~15:00 ボディシェイプヨガ ＜吉川＞	14:00~14:45 ズンバ ＜山田美＞		
14:30~15:15	ズンバ ＜MIYU＞						
18:00							
19:00							
20:00~20:45	らくらくエアロ ＜倉野＞	19:45~20:45 バレトン ＜Miku＞	20:00~20:45 らくらくエアロ ＜今井＞	19:45~20:30 ズンバ ＜Kei＞	19:45~20:45 ボディシェイプヨガ ＜北倉＞		
21:00							

越前花がたみの郷の会員様は、「ルネッサ越前」「ルネッサ鯖江」のジム・スタジオ・プールを1回330円(税込)でご利用いただけます。

☆...担当・時間・プログラム内容等を変更したプログラムです
※詳しい内容、時間については裏面をご覧ください。

ルネッサ 越前花がたみの郷
☎0778-43-8880

内容・時間は若干変更する場合があります

＜営業時間＞ 平日 10:00 ~ 21:00
 土曜 10:00 ~ 18:00