

鯖江店
4月

土曜週替わりプログラム

	18:30～19:15
4/5	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 天谷 IR
4/12	ベーシックヨガ 山本 IR
4/19	ラディカルパワー45 乾 IR
4/26	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 三田村 IR

鯖江店
4月

日曜週替わりプログラム

	12:15～13:00
4/6	パワーカーディオ45 天谷 IR
4/13	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 三田村 IR
4/20	ベーシックヨガ 山本 IR
4/27	ラディカルパワー45 乾 IR

越前店
4月

日曜週替わりプログラム

	10:30～
4/6	ベーシックヨガ 林 IR
4/13	ユーバウンド マスタークラス 高山 IR
4/20	アクアビクス 吉澤 IR
4/27	ヨーガスタイル グループセンタジー 黒田 IR

敦賀店
4月

土曜週替りプログラム

	19:15~20:00	20:15~21:00
4/5	【最初の15分は準備運動及びストレッチ】 短い時間で激やせ?! スピードバーニング 滝尾 IR	ボディコンバット 45 滝尾 IR
4/12	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 滝尾 IR	ボディコンバット 45 滝尾 IR
4/19	ボディパンプ 45 田中IR	ユーバウンド 45 田中IR
4/26	ボディパンプ 45 滝尾 IR	ボディコンバット 45 滝尾 IR

敦賀店
4月

日曜週替りプログラム

	13:00～13:45	14:00～
4/6	13:00～13:30 ユーバウンド30 田中IR	14:00～14:30 HOTストレッチ 田中 IR
4/13	ボディパンプ テック&30 田中 IR	14:00～14:30 HOTストレッチ 田中 IR
4/20	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 滝尾 IR	ボディコンバット 45 滝尾 IR
4/27	【最初の15分は準備運動及びストレッチ】 短い時間で激やせ?！ スピードバーニング 田中 IR	14:00～14:30 ユーバウンド30 田中 IR

福井西店
4月

土曜週替りプログラム

	18:15～
4/5	ヨガ & ピラティス グループセンタジー 荒谷IR
4/12	ユーバウンド45 横地IR
4/19	ラディカルパワー45 揚原
4/26	ユーバウンド45 横地IR

福井西店
4月

日曜週替りプログラム

	10:15～ (アクアプログラム)	14:30～
4/6	アクアウォーキング アクアダンベル	ユーバウンド45 横地IR
4/13	アクアウォーキング アクアダンベル	ラディカルパワー45 揚原IR
4/20	アクアウォーキング アクアダンベル	ベーシックヨガ 長谷部IR
4/27	特別開催！！ 10:30～11:30 グループセンタジー60 荒谷 13:00～14:00 ユーバウンド60 横地	

無料！

福井南店
4月

日曜週替りプログラム

	10 : 30～	11 : 30～	14:00～
4/6	ベーシックヨガ 山本IR	ユーバウンド45 山本IR	HOTヨガ 山本IR
4/13	ヨガ&ピラティス グループセンチジー 細井IR	スピードバーニング 幸山IR	休講
4/20	ヨガ&ピラティス グループセンチジー 荒谷IR	ユーバウンド45 荒谷IR	HOTヨガ 荒谷IR
4/27	ベーシックヨガ 長谷部IR	HOTヨガ 長谷部IR	HOTパワーヨガ 長谷部IR