

鯖江店
7月

土曜週替わりプログラム

	18:30～19:15
7/5	ボディコンバット30 ※動画撮影あり 荒谷 IR
7/12	パワーカーディオ45 天谷 IR
7/19	ベーシックヨガ 竹原 IR
7/26	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 三田村 IR

鯖江店
7月

日曜週替わりプログラム

	12:15～13:00
7/6	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 三田村 IR
7/13	ボディコンバット45 天谷 IR
7/20	パワーカーディオ30 荒谷 IR
7/27	休講 ※キッズスイミング イベントの為

越前店
7月

日曜週替わりプログラム

	10:30～
7/6	スピードバーニング 幸山 IR
7/13	ヨーガスタイル グループセンタジー 黒田 IR
7/20	アクアウォーキング 渡邊 IR
7/27	ベーシックヨガ 林 IR

敦賀店
7月

土曜週替りプログラム

	12:30～	19:15～	20:15～
7/5	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 滝尾	ボディパンプ テック&30 田中	ボディコンバット45 滝尾
7/12	たのしくリズム体操30 田中		
7/19	ボディコンバット テック&30 滝尾	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 滝尾	ベーシックヨガ45 横井
7/26	やさしいステップ30 横井	ボディパンプ テック&30 田中	ユーバウンド45 田中

敦賀店
7月

日曜週替りプログラム

	13:00~	14:00~
7/6	ボディパンプ テック&30 滝尾	ボディコンバット45 滝尾
7/13	バランスボール45 田中	たのしくリズム体操30 田中
7/20	ユーバウンド45 田中	ボディコンバット45 滝尾
7/27	ベーシックヨガ45 横井	やさしいステップ30 横井

福井西店
7月

土曜週替りプログラム

	18:15～
7/5	ベーシックヨガ 藤村IR
7/12	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 横地IR
7/19	グループサイクル 藤村IR
7/26	ラディカルパワー45 揚原IR

福井西店
7月

日曜週替りプログラム

	10:15～ (アクアプログラム)	14:30～
7/6	休講	ラディカルパワー45 揚原IR
7/13	休講	ユーバウンド45 横地IR
7/20	休講	パワーカーディオ45 揚原IR
7/27	休講	ベーシックヨガ 藤村IR

福井南店
7月

日曜週替りプログラム

	10 : 30～	11 : 30～	14:00～
7/6	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 細井IR	ユーバウンド45 細井IR	HOTヨガ 細井IR
7/13	ラディカルパワー45 乾IR	腹筋道場 乾IR	パワーカーディオ30 乾IR
7/20	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 細井IR	ユーバウンド45 細井IR	HOTヨガ 休講
7/27	ラディカルパワー45 乾IR	腹筋道場 乾IR	パワーカーディオ30 乾IR