

鯖江店

1月

土曜週替わりプログラム

	18:30～19:15
1/10	18:30～19:00 スピードバーニング 渡邊 IR
1/17	ボディコンバット30 荒谷 IR
1/24	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 荒谷 IR
1/31	スピードバーニング&腹筋道場 渡邊 IR

鯖江店

1月

日曜週替わりプログラム

	12:15～13:00
1/4	パワーカーディオ45 天谷 IR
1/11	10:30～11:15 ※プール アクアウォーキング＆アクアビクス 吉澤 IR
1/18	ヨガ＆ピラティス グループセンタジー 三田村 IR
1/25	10:30～11:15 ※プール アクアウォーキング＆アクアビクス 吉澤 IR

越前店
1月

日曜週替わりプログラム

	10:30～
1/4	ベーシックヨガ 永田 IR
1/11	スピードバーニング 幸山 IR
1/18	HOTヨガ45 村下 IR
1/25	ヨガ＆ピラティス グループセンタジー 黒田IR

敦賀店
1月

土曜週替りプログラム

	12:30～
1/3	
1/10	たのしくリズム体操 田中IR
1/17	やさしめステップ 横井IR
1/24	たのしくリズム体操 田中IR
1/31	HOTヨガ45 横井IR

敦賀店
1月

日曜週替りプログラム

	Aスタ 13:00～	Aスタ 14:00～	Bスタ 14:00～
1/4	ヨーガ・スタイル グループセンタジー 横井IR		HOTヨガ45 横井IR
1/11	ボディパンプ テック&30 田中IR	バランスボール 田中IR	
1/18	イベント 有料PG(¥550) ヨガ &ピラティス 稻田 IR	イベント 有料PG(¥550) 格闘エアロ 稻田 IR	HOTパワーヨガ45 横井IR
1/25	イベント 有料PG(¥550) ボディシェイプヨガ 佐野 IR	イベント 有料PG(¥550) オリジナルエアロ 佐野 IR	HOTヨガ45 田中IR

福井西店

1月

土曜週替りプログラム

	18:15～
1/10	ヨガ &ピラティス グループセンタジー 藤村IR
1/17	ベーシックヨガ 村居IR
1/24	ラディカルパワー45 揚原IR
1/31	ユーバウンド45 横地IR

福井西店
1月

日曜週替りプログラム

	10:15～ (アクアプログラム)	14:30～
1/4	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
1/11	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
1/18	キッズイベントのため 休講	キッズイベントのため 休講
1/25	アクアウォーキング アクアダンベル	スタジオイベント ※詳細は別紙参照ください

福井南店

1月

日曜週替りプログラム

	10：30～	11：30～	14:00～
1/4	ベーシックヨガ 乾IR	ラディカルパワー45 乾IR	HOTヨガ 乾IR
1/11	ベーシックヨガ 乾IR	ラディカルパワー45 乾IR	HOTヨガ 乾IR
1/18	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 細井IR	UBOUND45 細井IR	HOTヨガ 細井IR
1/25	ヨガ&ピラティス グループセンタジー 細井IR	ラディカルパワー45 乾IR	HOTヨガ 乾IR