

# 【建国記念の日】2月11日(水)レッスンプログラム

9:00 OPEN

	A-STUDIO	B-STUDIO	POOL	GYM
9:00	9:20-10:00 健康太極拳 鐵  10:10-11:10 <b>ZUMBA</b> 岡田 <small>(定員40名)</small>	9:20-10:00 ヨガ 岡田 <small>(定員16名)</small>	9:20- 9:25 ふくらはぎストレッチ/みずスモ	ジムスモ
10:00	10:20-11:00 ピラティス 塩原 <small>(定員16名)</small>	11:10-12:00 【有料】セッション ピラティス 塩原	11:15 - 11:45 アクアピクス 丸山	9:45- 9:50 バランスアップ
11:00	11:25-12:05 コンビネーションエアロ 森	12:20-12:50 ボディメイクトレーニング CS-REC <small>REC</small>	11:55 - 12:25 初級水泳 細谷	10:45-10:50 みんなでスクワット
12:00	12:20-12:50 シェイプパンプ30 出口 <small>(定員20名)</small>	13:10-13:50 シンプルエアロ CS-REC <small>REC</small>	12:40-13:10 プライベート レッスン【有料】	11:45-11:50 みんなで骨盤体操
13:00	13:15-13:55 ワークアウトヨガ 塩原	14:00-15:00 【有料】スクール はつらつ健康運動 安田	13:15-13:45 アクアフロー 後藤	<b>祝日特別レッスン</b>
14:00		15:00-16:00 キッズダンススクール (幼児)	14:00-15:00 キッズスイミング スクール (2コース使用 )	<b>ZUMBA!</b> 10:10~11:10
15:00	16:00-17:00 キッズ体育スクール (児童)	16:00-17:00 キッズダンススクール (児童)	15:00-16:00 キッズスイミング スクール (4コース使用 )	岡田IRによる60分間の 熱いZUMBA! 一緒に盛り上がりよう!!
16:00	17:00-18:00 キッズ体育スクール (児童)	17:00-18:00 キッズダンススクール (児童)	16:00-17:00 キッズスイミングスクール (全コース使用)	<a href="#">詳しくはこちら↓</a>
17:00			17:00-18:00 キッズスイミングスクール (全コース使用)	
18:00			18:00-18:30 プライベート レッスン 18:30-19:00 アクアダンス 出口 19:00-20:00 【有料】 成人水泳 スクール	
19:00	19:10-19:50 シェイプパンプ 大浦	19:10-19:40 シェイプパンプPOWER CS-REC <small>(定員10名)</small>	18:00-20:00 選手・育成 スイミング スクール (4コース使用 )	19:45-19:50 ふくらはぎストレッチ
20:00	20:00-20:30 スムース&ヒーリング30 出口			
21:00	A-STUDIO	B-STUDIO	POOL	GYM

21:00 CLOSE



セントラルフィットネスクラブ 藤沢店

承認No. 36400

# ZUMBA®

2月11日〔水〕  
10:10～〔60mins〕

参加費：¥1,850〔税込〕



申込開始：1月28日（水）13:00～  
お申込みはQRコードを読み込んでいただき、お申込みフォームに必要事項を  
入力後、送信してください。

- ・定員：40名（最少催行16名）
- ・参加費：店頭にて¥1,850（税込）お支払ください
- \*他クラブの方は上記金額でご参加いただけます。
- \*一般の方は¥1,100の施設利用料が掛かります。
- 締切：2月8日（日）18:00まで

\*\*キャンセルについて\*\*  
イベント2日前まで全額返金、前日以降は返金致し  
かねますのでご了承ください。

\*\*個人情報の取り扱いについて\*\*  
お客様よりご提供いただいた個人情報は当方が責任をもって管理致します。  
詳細は当社ホームページプライバシーポリシーをご確認ください。



セントラルフィットネスクラブ24藤沢  
TEL:0466-27-1093

CENTRAL  
CENTRAL SPORTS