

【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 銭	9:20-10:00 ヨガ 岡田 (定員16名)	9:20-9:25 ふくらはぎストレッチ/みずスモ	ジムスモ
10:00	10:10-11:10 ZUMBA 岡田 (定員40名)	10:20-11:00 ピラティス 塩原 (定員16名)		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	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	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 (定員20名)	12:20-12:50 ボディメイクトレーニング CS-REC REC	11:55-12:25 初級水泳 細谷	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	13:10-13:50 シンプルエアロ CS-REC REC	12:40-13:10 プライベート レッスン【有料】	
14:00		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	
15:00	15:00-16:00 キッズ体育スクール (幼児)	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)	
16:00	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)	
17:00	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)	
18:00			17:00-18:00 キッズスイミングスクール (全コース使用)	
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 REC (定員10名)	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	
20:00	20:00-20:30 スムーズ&ヒーリング30 出口		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
21:00				
	A-STUDIO	B-STUDIO	POOL	GYM

祝日特別レッスン

ZUMBA!

10:10~11:10

岡田IRIによる60分間の
熱いZUMBA!
一緒に盛り上がりましょう!!

詳しくはこちら↓



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〕

Instructor
岡田直也



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)お支払いください
 - *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。

申込みはこちら



セントラルフィットネスクラブ24藤沢
TEL:0466-27-1093

CENTRAL
CENTRAL SPORTS