

JOYFIT花巻

12/29(土)~1/3(木)年末年始特別プログラム



1月4日(金)より通常営業



12/29 SAT(土曜日)

12/30 SUN(日曜日)

12/31 MON(月曜日)

1/1 TUE(火曜日)

1/2 WED(水曜日)

1/3 THU(木曜日)

年末年始特別営業期間
営業時間9:00~18:00まで

年末年始特別営業期間
営業時間10:00~18:00まで

年末年始特別営業期間
営業時間9:00~18:00まで

10:00						10:00
11:00	11:00~12:00 リトモス60 土信田 清児	11:00~11:45 ボディジャム45 寺田 倅	11:00~12:00 コンディショニングヨガ 岡田 宣子	<p>ジムのみ営業</p>	<p>メンテナンス日</p>	11:00
12:00	12:15~13:00 ファイドウ45 土信田 清児	12:00~13:00 ボディコンバット60 花生 咲乃&中村 真生	12:15~13:00 ボディステップ45 中村 真生			12:00
13:00	13:15~14:15 ボディバランス60 梅本 ちさと	13:15~14:15 ボディアタック60 照井 啓路	13:15~14:15 ボディパンプ60 中村 真生			13:00
14:00	14:30~15:00 CXWORX 梅本 ちさと					14:00
15:00	15:15~16:15 メディカルヨガ 綾野 里子					15:00
16:00						16:00
17:00						17:00
						11:00~11:45 ボディパンプ45 寺田 倅
						12:00~12:45 ボディコンバット45 梅本 ちさと
						13:00~13:45 ボディアタック45 梅本 ちさと

※定員表記は予約となります。レッスン開始時刻1時間30分前よりフロントにてご予約ください。