

2024年

JOYFIT® 岸和田

9月特別プログラム

◆定員 ・Aスタジオ80名 ・Bスタジオ70名

※入場について(整列開始:レッスン開始20分前)(入場開始:レッスン開始15分前)

◆共有アイテム チューブや重り等をご自身にて拭いてください。

◆参加者同士の接触は極力お控えください。

14日(土)

Aスタジオ

Bスタジオ

15日(日)

Aスタジオ

Bスタジオ

16日(祝月)

Aスタジオ

Bスタジオ

営業時間 8:00~18:00

有料

11:45~12:45
メディカルヨガ
60
北口

初めての方でも安心
 より動きたい方向け
 ゆったりしたクラス
 ヨガマットが必要

営業時間 8:00~18:00

健康系

レズミルズ

エアロ系

ダンス系

主にマットを使用した
身体を整えるクラス

世界中で人気。初めての方でも
楽しめるシンプルで汗のかけるクラス

エアロビクス等のエクササイズ

様々なダンス系クラス

9/21(土).22(日).23(祝月)は通常営業です



9/15(日) 11:45~12:45
メディカルヨガ60(有料クラス)
 メディカルヨガ公認インストラクター:北口
 参加費:1,100円(税込)
 定員:10名
 お申し込み方法:Googleフォーム

