

2021年6月

プログラムスケジュール

ホリデイスポーツクラブ福山

	月		火		水		木		土		日	
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00												
11:00	10:30 (45) 辻井		10:30 (45) 藤田		10:30 (45) 大竹	10:30 (45) 新良	10:30 (45) 本田		10:30 (45) 辻井			
12:00												
13:00												
14:00												
15:00	14:15 (45) 猪原	14:15 (45) 本田	14:15 (45) 本田		14:15 (45) 藤田		14:15 (45) 辻井	14:15 (45) 新良	14:30 (45) 辻井			
16:00												
17:00	スタジオ 45分間	定員 62 名	ステップ	定員 40 名	6月 おすすめ							
18:00	ヨガ	定員 50 名	Z-180	定員 39 名	こまめな水分補給を!							
19:00	プール	定員 36 名								ステップ30		19:00 閉館 (トレーニングは18:50終了)
20:00							19:15 (45) 藤田	19:15 (45) 井出		19:30 (30) 本田		
21:00							20:30 (45) 辻井					
22:00	20:30 (45) 本田		20:30 (45) 辻井	20:15 (30) 松岡	20:30 (45) 辻井		20:30 (45) 藤田	20:30 (45) 藤田	20:30 (45) 本田			

23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)

ご確認ください。

表示内容

プログラム名
開始時間 担当者

定員制のプログラムは参加プレートが必要です。
プールプログラムはすべて定員制です。

HOLIDAY
SPORTS CLUB