

2022.11.3(木祝)スタジオ&ジムプログラム

木曜日		
Healing	Germa Hot	Gym
10:00		10:00
:30		:30
11:00	Kisshoヨガ ~リラックス~ 10:30~11:30 町野 彩子	11:00
:30		:30
12:00	Slimming Yoga 11:45~12:45 Yumi	12:00
:30		:30
13:00	当日限定	13:00
:30	陰ヨガ (ディープリラックス) 13:00~14:00 Yumi	吉祥トレーニング 13:15~13:35
14:00		吉祥コア 13:40~14:00
:30		14:00
15:00		ジャンプダンス 14:30~15:00 小澤 いずみ
:30		15:00
16:00	Kisshoヨガ ~アクティブ~ 15:00~16:00 CHISAKA	16:00
:30	当日限定	:30
17:00	胸郭ヨガ 16:15~17:15 志野	吉祥トレーニング 16:35~16:55
:30		吉祥コア 17:00~17:20
18:00		18:00

祝日の営業時間は10:00~19:00となります。
(ジムエリアのご利用は18:30まで)

吉祥倶楽部
Kissho Club