

FIT365佐野 4月イベント

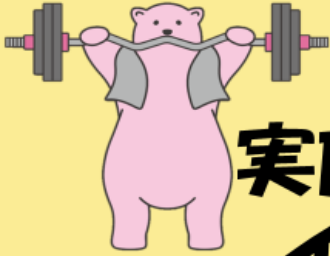
マシンの使い方が分からない方は
スタートサポートをご利用ください！
予約制なのでスタッフまでお声掛け
ください♪

日時:月～金 11:00、13:00、17:00、19:00
土日・祝 11:00、13:00、17:00
※1回30分程度

ピンク字のスタッフレッスンは、
各時間10名様までで参加は
無料です(予約無し)
持ち物は、ヨガマットまたは
大きめのバスタオル、室内
用シューズをお持ちください
※スタジオで実施します

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5 美健康 トレーニング 14:00～14:30	6 やさしい ストレッチ 11:00～11:30	7	8	9 体幹 トレーニング 11:00～11:30	10	11 お腹シェイプ 11:00～11:30
12	13	14 やさしい ストレッチ 11:00～11:30	15	16 サーキット トレーニング 11:00～11:30	17	18
19 美健康 トレーニング 14:00～14:30	20	21 やさしい ストレッチ 11:00～11:30	22	23	24	25 サーキット トレーニング 14:00～14:30
26	27 体幹 トレーニング 11:00～11:30	28	29	30 やさしい ストレッチ 11:00～11:30		

ボディメイク



強度★★★

実施日：日曜 17:30~

イントラ名：斉藤 IR



自重・筋トレ・コアトレをベースに
シェイプアップを目的としたダイエット
プログラム。

4月開催日

- ・ 5日(無料体験日)
- ・ 12日,19日,26日

・参加費:1,000円(税込)

・回数券:11回分 10,000円(税込)

参加の申し込みは右のQRコードから→

