

FIT365佐野 6月イベント

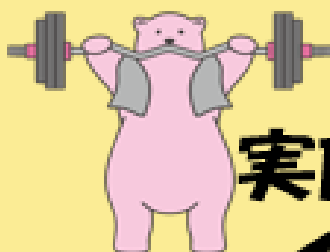
マシンの使い方が分からない方は
スタートサポートをご利用ください！
予約制なのでスタッフまでお声掛け
ください♪

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 やさしい ストレッチ 11:00～11:30 | 5 | 6 美健康 トレーニング 14:00～14:30 |
| 7 | 8 お腹 シェイプ 11:00～11:30 | 9 | 10 | 11 やさしい ストレッチ 11:00～11:30 | 12 | 13 |
| 14 美健康 トレーニング 14:00～14:30 | 15 やさしい ストレッチ 11:00～11:30 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 お腹 シェイプ 14:00～14:30 |
| 21 | 22 美健康 トレーニング 14:00～14:30 | 23 やさしい ストレッチ 11:00～11:30 | 24 | 25 | 26 | 27 お腹 シェイプ 14:00～14:30 |
| 28 | 29 | 30 | | | | |

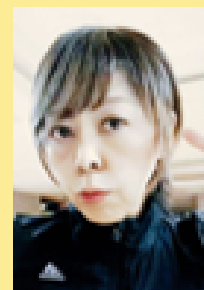
ボティメイク



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。

6月開催日

- ・ 7日(無料体験日)
- ・ 14日,21日,28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→

