

## 花屋敷グラウンドフィットネススクール タイムスケジュール

(ルネサンス監修)

|             | 月         | 火                      | 水    | 木                        | 金                      |
|-------------|-----------|------------------------|------|--------------------------|------------------------|
| 10:00～11:00 |           | KOBA☆トレ<br>10:30～11:00 |      | ★女性のためのヨガ<br>10:15～11:15 | KOBA☆トレ<br>10:30～11:00 |
| 13:00～14:00 | のびのび健やか体操 |                        |      |                          |                        |
| 15:00～16:00 |           |                        | ★健美操 |                          |                        |
| 19:00～20:00 |           | YOGA                   |      |                          |                        |

★は現在開講中のレッスンです。

※受講料は月3回、¥3,600-(税込)。

※7月度のレッスンより、3ヵ月9回分前納制となります。

※お申込み方法は受講料を持って、花屋敷グラウンド受付窓口へお越しください。

※開講人数に満たない場合は、開講しない場合もございます。