

9:00	月 (Monday)	火 (Tuesday)	水 (Wednesday)	木 (Thursday)	金 (Friday)	土 (Saturday)	日 (Sunday)	9:00
9:30	http://certeza2016.com 代行・祝日スケジュール情報 他 048-990-7220 HPIに随時、更新していきます。							9:30
10:00		😊 ヨガ (3/3・17・31) ウォーキングピラティス (3/10・24) 60 10:30~11:30 Junko		😊 初めての ピラティス 60 10:20~11:20 今井 沙那恵		レンタル 貸しスタジオ (※有料・要予約) or パーソナル トレーニングスタジオ (※有料・要予約) ※3/14 (土) 短縮営業となります 12:45~17:30	😊 ダイエット ピラティス 60 10:00~11:00 今井 沙那恵	10:00
10:30								10:30
11:00								11:00
11:30	BODYPUMP 45 11:15~12:00 芝田 里沙		BODYPUMP 60 11:00~12:00 今井 学					11:30
12:00	3/2 代行: 今井学	BODYJAM 60 11:50~12:50 Gackey						12:00
12:30	BODYCOMBAT (3/2・16・30) BODYJAM (3/23) 45 12:15~13:00 RIKI		BODYCOMBAT 60 12:15~13:15 今井 学					12:30
13:00								13:00
13:30	BODYATTCK(3/2・16・30) 細田 恭平 BODYCOMBAT (3/9・23) 芝田 里沙 45 13:15~14:00	😊 かんたんステップ30 (3/17・31) 13:05~13:35 BODYCOMBAT45 (3/24) 13:05~13:50 RIKI	3/5 代行: 斧淵絵美	BODYJAM 60 12:25~13:25 RIKI				13:30
14:00		3/3・10 休講となります		😊 ストリートダンス基礎 30 13:35~14:05 RIKI				14:00
14:30	3/9 時間変更 12:15~13:00			3/5 休講となります				14:30
15:00								15:00
15:30	休館のお知らせ 3/20 (金・祝日)		短縮営業のお知らせ 3/14 (土) 営業時間 12:45 ~ 17:30					15:30
16:00								16:00
16:30								16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00								18:00
18:30								18:30
19:00								19:00
19:30		3/3 代行: 斧淵絵美 3/10 BODYPUMP 代行: 今井学	クラス・担当者変更 19:30~20:15 3/4 BODYPUMP 45 3/11 体幹トレーニング45 3/18 BODYCOMBAT45 3/25 BODYCOMBAT 45 今井 学					19:30
20:00	BODYPUMP 30 19:30~20:00 RIKI			BODYPUMP (3/5・19) BODYJAM (3/12・26) 19:30~20:00 RIKI	3/5 代行: 今井学			20:00
20:30	BODYJAM 60 20:15~21:15 斧淵 絵美	BODYJAM 60 20:00~21:00 RIKI	クラス・担当者変更 20:30~21:15 3/4 BODYCOMBAT 45 3/11 BODYCOMBAT 45 3/18 BODYPUMP 45 3/25 体幹トレーニング 45 今井 学					20:30
21:00				BODYATTACK 60 20:15~21:15 KANA				21:00
21:30								21:30
22:00	調整中	BODYCOMBAT 60 21:15~22:15 今井 学		BODYCOMBAT 60 21:30~22:30 坂田 良介				22:00
22:30								22:30
23:00	トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30	トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30	トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30	トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30				23:00

土曜日
18:00~19:00

- ◇3/7 BODYCOMBAT60 Dan・今井学 ※有料クラス
- ◇3/14 休講
- ◇3/21 BODYATTACK 野邊和輝
- ◇3/28 BODYPUMP30 BODYCOMBAT30 今井学

3/7 (土) BODYCOMBAT60 今井学・Dan

※有料・予約制クラスとなります。

CERTEZA会員様 500円
ビジター様 1,000円
別途ビジター利用料 (1日施設利用可能)
4,000円が必要となります。

定員 35名 (優先 300円)
当日は、予約番号順にご入場となります。

2/24 (水) 9:30より、
会員ビジター同時に電話受付開始。

😊
3/14 休講となります
トータルボディメイク
45
17:00~17:45
今井 学

3/15 代行: 坂田良介
3/22 代行: Dan

BODYJAMを始めてみたい
という方も、30分からは非力

😊 ←
このマークの付いているクラスがカルチャープログラムチケット>
の参加対象クラスとなっております。
※クラブ会員様は通常通り自由にご参加頂けます。