スタジオプログラム 宇和店

2019年10月～2020年3月

西予市介護予防事業 受託施設
FITNESS CLUB VISTAR
フィットネスクラブ・ヴィスター

【宇 和 店】〒797-0018 愛媛県西予市宇和町下松葉362-1
Tel.0894-62-4140
ご利用時間 平日/10:00～22:00 土曜・日曜・祝祭日/10:00～17:00
休 館 日 毎週木曜(お盆・年末年始・施設点検日)

【宇和島店】〒798-0024 愛媛県宇和島市伊吹町字イカリ石甲1083-1
Tel.0895-28-6140 ※宇和島店の休館日は毎週水曜日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00～11:30	ヨガ60（宇都宮 愛）10:30～11:30	NEW ストレッチ（代 表）10:45～11:30	ハワイアンフラ（宇都宮 千寿子）10:30～11:30	休館日	NEW ストレッチ（代 表）10:45～11:30	はじめてエアロ60（善家 栄美子）10:30～11:30	
12:00～13:30	ストレッチ（松崎）13:30～13:50	ストレッチ（上甲）13:30～13:50	ストレッチ（松崎）13:30～13:50		NEW バレトン（MIZUE）13:30～14:15	ストレッチ（上甲）13:30～13:50	
14:00～15:30	ZUMBA GOLD®45 &ボディメンテナンス（MIZUE）14:00～15:00 NEW ステップ30（松崎 純也）15:15～15:45	NEW ヨガ60（宇都宮 愛）14:00～15:00 NEW ストレッチ（代 表）15:15～15:45	NEW ピラティス（宇都宮 愛）14:00～15:00 ボクササイズ30（松崎 純也）15:15～15:45		NEW マッスルコア45（土居 健太）14:30～15:15	ZUMBA®45 &ストレッチ（MIZUE）14:00～15:00	
16:00～17:30			NEW キッズダンススクール（MIZUE）17:00～18:00			※ 黄色のスクール はスクール会員のみ受講可能となります。	
18:00～19:30	ハワイアンフラ（宇都宮 千寿子）19:30～20:30		正道会館空手スクール 少年・成人（松下 真一郎）19:00～20:30		ハワイアンフラ（宇都宮 千寿子）19:30～20:30		
20:00～21:30	NEW ボクササイズ45（松崎 純也）20:45～21:30	ZUMBA®45 &ストレッチ（MIZUE）20:15～21:15	ボクササイズ45（松崎 純也）20:45～21:30		NEW ハイパーコア45（土居 健太）20:45～21:30		

入会したその日から楽しめるレッスンです。初めての方でも安心♪

月会費5,000円(税別)で全てのレッスンが受講できます。

※プログラム変更・休講は随時掲示板にてお知らせ致します。※急な変更はホームページの「休講のお知らせ」にアップ致します。