

5月 MOSSA 担当スケジュール

火曜20:30~21:15

GroupFight

総合格闘技の動きで
シェイプアップ!

5/2 SUZU

5/9 KAZU

5/16 KAJI

5/23 KAZU

5/30 KAJI

水曜13:45~14:30

GroupCentergy

ヨガとピラティスの動きを
音楽に合わせて行います!

5/10 AYU

5/24 AYU

5/31 AYU

土曜16:20~17:05

GroupPower

バーベルを使用して
筋肉トレーニング!

5/6 YUU

5/13 SOTA

5/20 YUU

5/27 SOTA

※急遽変更となる場合がございます。
月末に翌月分を発表致します。

【営業時間】

平日 9:00~22:00(最終入館21:30)

土曜 9:00~21:00(最終入館20:30)

日祝 9:00~18:00(最終入館17:30)

※社会情勢に伴い営業時間に変更となる場合がございます。

ご了承ください。変更の場合はホームページに掲載いたします。