

# ■ MOSSA 担当スケジュール ■

日曜15:30~16:15

## Group Fight

総合格闘技の動きで  
シェイプアップ!

2/4 KAJI

2/11 休講

2/18 KAJI

2/25 KAJI

日曜16:35~17:20

## Group POWER

バーベルを使用して  
筋肉トレーニング!

2/4 KAJI

2/11 休講

2/18 KAJI

2/25 KAJI

※急遽変更となる場合がございます。  
月末に翌月分をお知らせ致します。

### 【営業時間】

平日 9:00~21:00 (最終入館20:30)

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が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。

荏原健康センター