

2025年4月29日(火・祝)

昭和の日

	1スタジオ	2スタジオ	スイミング	
10	10:30～11:30 パワーヨガ60 廣瀬	10:30～11:30 【有料レッスン】 ユーバウンド60 今井・野本	10:20～10:50 アクア30 阿部	10
11			11:15～11:45 面かぶりクロール 藤原	11
12	12:00～13:00 【有料レッスン】 ボディアタック60 今井・小倉	ジョイフル3店合同スタジオイベント 【有料レッスン】 会員 550円/1レッスン 一般 1,100円/1レッスン 申込受付中！！ ※詳細は館内ポスター、ホームページ をご確認ください。		12
13	13:30～14:10 はじめてヨガ ange		13:15～13:45 初めて背面キック 高野	13
14	14:25～15:25 パワーヨガ60 ange			14
15			15:00～15:50 アクアロジック50 阿部	15
16	16:00～16:40 中級エアロ 池田			16
17	17:00～17:50 ステップ50 池田			17
18				18
19				19

※都合により時間・クラス・インストラクターが変更になる場合があります。予めご了承ください。

※  は、参加が初めての方、体力に自信のない方でも安心してご参加いただけるクラスです。

【営業時間】 7:00～20:00

ゴールドジム千葉ニュータウン
ジョイフルアスレティッククラブ