

FITNESSCLUB BLUEGATE

8月 週替わりレッスン 担当者表

※8月の週替わりレッスン担当者は下記の通りとなります。

週替わりレッスン内容／担当者（木曜日）

時間	プログラム	4日	11日	18日	25日
13：15～	サーフィット	Yuriko		Sayuka	Sayuka
19：15～	週替わり45	BODY COMBAT		BODY ATTACK	BODY COMBAT

週替わりレッスン担当者（日曜日）

時間	プログラム	7日	14日	21日	28日
10：30～	サーフィット	土屋		土屋	和田

GRIT		1日	8日	15日	22日	29日
(月)青木	21：35～	ストレングス	アスレティック		カーディオ	ストレングス
		4日	11日	18日	25日	
(木)小島	20：20～	カーディオ		ストレングス	アスレティック	

※都合により変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。