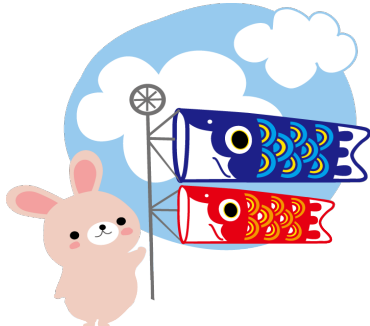


スポーツプラザ進化塾

2024

GW特別レッスン



4/29(月) 昭和の日 10:00~17:00 (4月のレッスン表に記載しております)

4/30(火)~5/2(木) 通常営業

5/3(金)~5/5(日) 10:00~17:00

川端ゆかりレズミルズデビュー
よろしくお願いします!



	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
5/3(金) 憲法記念日			パレトソール シンセシス 11:30~12:15 大浦	LES MILLS BODYCOMBAT BODY COMBAT 12:30~13:15 TOKU	NEW LES MILLS DANCE LES MILLS DANCE 13:30~14:15 YUKARI	バーベル 14:30~15:30 鈴木		短縮営業とさせていただきます PM 5時 閉館
5/4(土) みどりの日			エアロ45 11:30~12:15 小田	LES MILLS DANCE LES MILLS DANCE 12:30~13:15 YUKARI	FULLBOX 13:30~14:15 鈴木	UNIVERSAL YOGA ERATH 14:30~15:00 鈴木		
5/5(日) こどもの日			STEP45 11:30~12:15 小田	ZUMBA® toning 12:30~13:15 長塚	HIPHOP スペシャル 13:30~14:15 笠次	笠次 キッズSP 15:00~16:00 笠次		

5/6(月)マシンメンテナンスのため、休館致します。

13名限定

5/5(日)に京都より笠次先生が来北!! 進化塾会員向け、キッズ向けのレッスンを行います。

世界最強プレコリオ!! レズミルズ 2プログラム導入決定!!
ボディコンバット・ボディアタックに加え、レズミルズダンス・ボディパンプ! **LES MILLS BODY PUMP**