

2025年9月23日(火・祝)

秋分の日

	1スタジオ	2スタジオ	スイミング	
10	10:30～11:30 やさしいパワーヨガ60 廣瀬		10:20～10:50 アクア30 阿部	10
11				11
12	12:00～12:45 ボディパンプ45 大内		12:00～12:30 グローブウォーキング 成毛	12
13	13:15～14:00 ボディコンバット45 大内	13:30～14:10 はじめてヨガ ange	12:45～13:15 初めて背面キック 成毛	13
14	14:30～15:30 パワーヨガ60 ange			14
15		15:00～17:30 ピククルボール ※フリー利用となります	15:00～15:50 アクアロジック50 阿部	15
16	16:30～17:45 【有料スタジオイベント】 マルチステップ3台 池田			16
17				17
18	ジョイフル3店舗 スタジオイベントツアー 会員 一般 1,500円(税込) 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。		18:15～18:45 楽しくビーチボールバレークラス 成毛	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