

新規会員様 募集中!! 初月度月会費

★ ★
2か月半額
キャンペーン
★ ★

3月31日(日)迄

3月30日(土)		
スタジオ	サブアリーナ	プール
10:00		
11:00	テクニカルエアロ 藤澤 10:30-11:30	
12:00	ピラティス 早馬 11:45-12:30	
13:00	ヨガ 野上 12:45-13:30	
14:00	MEGADANZ45 HIRO 14:00-14:45	
15:00	シンプルステップ 太田15:00-15:40	
16:00	ボディジャム DJ.YUKA 16:00-17:00	
17:00	2023年度 ラスト トリオ	
18:00	2023年度メコン TORIO 17:15-18:15	
19:00	閉館時間 19:00 (運動施設利用時間18:30 まで)	

3月31日(日)		
スタジオ	サブアリーナ	プール
10:00		
11:00		
12:00	ボディバランス 山下 11:45-12:45	
13:00	コンディショニングWithボー 早馬 13:00-13:45 【定員20名】	
14:00	ピラティス 早馬 14:00-14:45	
15:00	ヨガ 山下 15:05-15:50	
16:00	ボディコンバット45 永山 16:15-17:00	
17:00		
18:00		
19:00	閉館時間 19:00 (運動施設利用時間18:30 まで)	

♪各レッスンは諸事情により時間・内容・インストラクターが急遽変更する場合がございますので予めご了承ください。
 ♪レッスン途中入場・退場は固くお断りいたします。
 ♪色付きの欄は今回変更したプログラムです。
 ♪祝日等、特別プログラムになる場合がございます。
 ♪定員制のクラスがございます。
 ♪ストレッチボールのクラス定員20名
 ※ストレッチボールを持参の場合は、定員を超えてのご参加が可能です。
 ♪スタジオでのボディパンプ定員は24名です。



instagram



LINE



HP

Vispo 総合型地域スポーツクラブ
 KOTOHIRA ヴィスポ ことひら
 TEL0877-75-0010

[営業時間] [各種受付 & 利用時間]
 月-金 10:00-23:00 10:00-22:30
 土日祝 10:00-19:00 10:00-18:30
 火 休館日