



# ゴールドスパ 開業 49 周年 イベントスケジュール

9/1 (金)	16:00~ 16:30	水中トレーニング (宮本・澤井)	会員:2,200円 ビジター:3,300円 回数券・チケット可	予約:ジム (定員8名)
9/4 (月) 9/11 (月) 9/25 (月)	8:30~ 9:30	モーニングヨガ (Saho イストラクター)	会員:2,500円 ビジター:3,600円 チケット不可	予約:ジム (定員12名)
9/7 (木) 9/14 (木) 9/21 (木) 9/23 (土祝) 9/28 (木)	20:00~ 20:30 14:00~ 14:30	エイトピクス (杉崎・黒川・田中・澤井 富樫・杉浦・泉・大和田)	会員:無料 ビジター:1,650円	予約:ジム (定員12名)
9/16 (土)	17:00~ 18:00	ナイトホットヨガ (SEIKO イストラクター)	会員:2,500円 ビジター:3,600円 チケット不可	予約:ジム (定員10名)
9/18 (月祝)	14:00~ 14:45	ボクシングワークアウト (川村貢治イストラクター)	会員:2,500円 ビジター:3,600円 チケット可	予約:ジム (定員10名)
9/18 (月祝)	15:15~ 16:00	女塾 (小山・大和田)	会員:無料 ビジター:1,650円	予約:ジム (定員12名)
9/23 (土祝)	12:00~ 12:45	アクアピクス (坂本・泉)	会員:2,750円 ビジター:3,850円 回数券・チケット不可	予約:ジム (定員10名)
9/30 (土)	15:00~ 15:45	男塾 (宮本・澤井)	会員:無料 ビジター:1,650円	予約:ジム (定員12名)

9月限定 イベント (9/1~30)	スタジオ	ラジオ体操 (平日のみ 9:00~)	無料・予約なし (定員12名)
	ジム	プロテインドリンク試飲会 (月・木・土 14:00~15:00)	無料・予約なし
	プール	スイムでジャスト! (レッスン終了後10分間・日曜 17:00~17:30)	無料・予約なし
	テニス ゴルフ	サーブで狙い撃ち! (9/3(日)13:00~14:30 雨天時 9/10(日)同時刻) パターの王者は私だ! (9/24~9/30)	無料・予約なし 予約:SF(4階)

お問い合わせはトレーニングジムまでお願いします。