

トータルコンディショニングセンター

私たちが応援します!!

	月	火	水	木	金	土	日
8:00						8:30~9:30 朝ヨガ	
9:00						東野	
10:00	10:00~11:00 TRX 加藤	10:30~11:30 ENJOY えびざいず 10/6, 10/20 11/10, 11/17 担当: 旭	10:00~11:00 TRX 高木		10:30~11:30 TRX & サーキット トレーニング 加藤		
11:00							
12:00							
13:00	13:30~14:30 ハンモック トレーニング 高橋		13:00~14:00 TRX & ハンモック リラクゼーション 旭	13:30~14:30 TRX 清水	13:30~14:30 バレトン 高木		
14:00						14:00~15:00 TRX 稲田	
15:00	15:00~16:00 TRX conditioning 稲田			15:00~16:00 ハンモック トレーニング 清水		ハンモック トレーニング 稲田	
16:00							
17:00		17:30~18:30 キッズ コンディショニング 加藤					
18:00	18:00~19:00 TRX 高木		19:00~20:00 TRX 高木	19:00~20:00 ハンモック トレーニング 加藤	18:30~19:30 ピラティス 東野	20:00~21:00 TRX 高橋	18:00~19:00 TRX 加藤
19:00							
20:00							
21:00				20:15~21:15 加藤			
22:00			21:30~22:30 TRX 高橋				



TRX キッズ
コンディショニング エアロビクス ヨガ ハンモック
トレーニング



トリートメント English
親子でエクササイズ ピラティス バレトン

※プログラムは変動しますので、ホームページ、Facebook等でご確認ください。

トータルコンディショニングセンター

●指導者はプロ集団● ~学ぶならプロに学ぼう~

●選べる利用方法●

★決まった時間決まった指導者に習いたい!!	■お月謝制 月4回 5,400円(ハンモック7,560円)	※ハンモックピジター 2,160円 月謝以外メンバー+540円/1回
★運動したい時に来たい!月に何度来れるかわからない!	■フリーチケット 11枚16,200円(有効期限6カ月)	
★たくさん利用したい!!	■マンスリーブス 月11回利用 8,640円	

■予約制 レッスン開始60分前までにご予約をお願いいたします

★お問い合わせ & ご予約は **パワーリンク**まで

〒910-0015福井市二の宮2丁目28-21 セントラルヴィレッジ1F 二の宮サン通り

電話 & FAX 0776-28-2250(平日9:00~15:00)

留守番電話に残してください。こちらからご連絡いたします!!

専用メール powerlink_tcc@yahoo.co.jp

