

# 2016年6月～ トータルコンディショニングセンター

	月	火	水	木	金	土	日
9:00						9:00~10:00 身体ボカボカ ウェア リング ヨガ 稲田	9:00
10:00	10:00~11:00 <b>TRX</b> 加藤	10:30~11:30 親子で <b>ENJOY</b> 英語で <b>えくささいず</b> 2回/月 開催 6/14,28 7/12,26 担当:旭 ※定員10組・参加費500円 担当:旭	10:00~11:00 <b>TRX</b> 高木		10:30~11:30 <b>TRX &amp;</b> サーキット トレーニング 加藤	10:30~11:30 ハンモック トレーニング 稲田	ハンモック トレーニング 週替わり
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 フットケア& ハンモック 南	13:30~14:30 <b>TRX</b> 清水	13:30~14:30 バレトン 高木	13:30~14:30 <b>TRX</b> 稲田	
14:00							
15:00		15:00~16:00 <b>TRX</b> conditioning 稲田		15:00~16:00 ハンモック トレーニング 清水		14:45~16:00 ジャンブルダンス RYOUKO	
16:00						16:20~17:35 ジャンブルダンス URUSHIZAKI	
17:00		17:30~18:30 <b>キッズ</b> コンディショニング 加藤		17:30~18:30 <b>キッズ</b> コンディショニング 加藤		18:00~19:00 <b>TRX</b> 加藤	
18:00	18:00~19:00 <b>TRX</b> 高木		19:00~20:00 <b>TRX</b> 高木	19:00~20:00 ハンモック トレーニング 加藤	19:00~19:45 スピニング 高橋		
19:00	19:30~21:00 ジャンブルダンス URUSHIZAKI	19:30~21:00 ジャンブルダンス MASUMI	20:20~21:05 スピニング 高木	20:15~21:15 <b>TRX</b> 加藤	20:00~21:00 <b>TRX</b> 高橋		
20:00							
21:00	ジャンブルダンスとは? 『Jumble』とは『ごちゃまぜ』という意味です。老若男女どなたでも楽しめます。親子やカップル、お友達とダンスできます。また、ダンスのジャンルもHIPHOP、JAZZ、J-POP、レゲエなどなんでも有りのレッスンです。(スクール制 月5,400円、フルコース6,480円*ファミリー割引あり)		21:30~22:30 <b>TRX</b> 高橋				
22:00							

★お問い合わせ&ご予約は (有)パワーリンクまで TEL0776-28-2250 MAIL powerlink\_tcc@yahoo.co.jp

## トータルコンディショニングセンター

### ●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 ニの宮サン通り

電話&FAX 0776-28-2250(平日9:00~15:00)

私たちに  
おまかせください!!

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

