

# マイボディ富士川店 プログラムスケジュール表

2022.06～

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10:00	10:00～10:45	10:00～10:30	10:00～10:45	10:00～10:30	10:00～10:45
10:30	サーキット	からだメンテナンス	サーキット	サーキット	サーキット
11:00	11:00～11:30	10:45～11:30	11:00～11:30	10:45～11:30	11:00～11:30
11:30	サーキット	サーキット	TPH	サーキット	サーキット
	11:30～ストレッチ	11:30～ストレッチ		11:30～ストレッチ	
12:00					11:45～12:15
					TPH
12:30					
					12:30～13:00
13:00					サーキット
		13:00～13:30			
13:30		健康体操			
	13:30～14:00			13:30～14:00	
14:00	姿勢改善プログラム			100歳体操	
17:00					
		17:00～17:45	17:00～17:30		
17:30		サーキット	サーキット	17:15～17:45	
	17:30～18:00			サーキット	
18:00	サーキット		17:45～18:15		
		18:00～18:45	TPH	18:00～18:45	
18:30	18:15～19:00	ヨガ&ストレッチ		サーキット	
	サーキット		18:30～19:00		
19:00			サーキット		

手続きに伴う受付時間は以下の通りとなります。

## 各種受付時間

火～金 12:00～21:00

土 12:00～18:00

日・祝 10:00～18:00

マイボディ富士川店

TEL 0556-48-8503