

GOLD'S GYM®

TOYOCHO SUPER CENTER

2019. 10月 RACQUETBALL SCHEDULE

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|---|---|---|--------------------------------|---|---|---|
| 開催日時 | | 8日/29日 | | 毎週開講 | | 休講 | |
| 12:00 | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | HP/PL/ 初めてRB | |
| 14:00 | | 初級 60 (長谷川) 13:30~14:30 | | | | 初級 60 (長谷川) 13:30~14:30 | |
| 15:00 | | HP/PL/ 初めてRB (長谷川) 14:30~15:30 | | | | 初心者 ゲームタイム | |
| 16:00 | | 初中級 60 (長谷川) 15:30~16:30 | | | | HP/PL/ 初めてRB (長谷川) 15:00~16:00 | |
| 17:00 | | | | | | 初中級 60 (長谷川) 16:00~17:00 | |
| 18:00 | | | | | | HP/PL/ 初めてRB | |
| 19:00 | | | | HP/PL/ 初めてRB | | | |
| 20:00 | | | | 初級 60 (長谷川) 19:30~20:30 | | | |
| 21:00 | | | | HP/PL/ 初めてRB | | | |
| 22:00 | | | | 初中級 60 (長谷川) 21:00~22:00 | | | |

※ プログラム(有料)は、事前の予約が可能となっておりますので、フロントにてお願い致します(当日もOKです)。
 ※ 未経験の方は、担当のインストラクターまで、ご相談ください。 **無料**で(5分程度)簡単なルール等、ご指導致します。(レッスン実施日のみ)