

祝日プログラム 1月3日 (土)

動き始めは“はぴねす”で。
今年は1月3日(土)より営業をいたします。

営業時間 9:00～20:00 (フィットネスルームは19:45まで) プールの営業はございません。

時間	参加費	プログラム	定員	担当
9:30-10:00		コアクロス	20名	枘内
10:15-11:00	 	ボディバランス45	30名	枘内
11:15-12:00	 	レズミルズシェイプス45	30名	小林
13:00-14:00	 	ボディジャム	30名	枘内
14:30-15:15	 	ボディパンプ45	20名	小林
15:45-16:45	 	ボディコンバット	30名	小林



プログラム内容はHPをご覧ください

プロエックスを買ってプログラムに参加しよう！

 マークのプログラムが対象です。  マークは参加費無料

**当日プロエックス(マンゴー・アップル)1個購入毎に
スタジオ参加券が1枚ついてくる。(当日のみ有効)**

通常価格:プロエックス 388円+スタジオ参加費 310円=698円 → **388円!!**
尚、プロエックスを購入しなくても通常参加券で参加できます。

参加方法

- ① 当日フロントにてプロエックスを購入。
- ② プロエックスとスタジオ参加券1枚を受け取る。
- ③ 着替えてスタジオ前に整列。
- ④ 入場時に参加券をインストラクターに渡す。



糸魚川市健康づくりセンター はぴねす 025-561-7788