

# POWERHOUSEGYM MIYAZAKI STUDIO PROGRAM 2024.10

	10/6(日)	10/13(日)	10/20(日)	10/27(日)
9:15				
9:30				
9:45				
10:00				
10:15				ZUMBA 10:00-10:45 CHIKA
10:30				
10:45				
11:00	ZUMBA 11:00-11:45 CHIKA	ZUMBA 11:00-11:45 YOSHIE	ZUMBA 11:00-11:45 中條里香	ヨガ 11:00-11:45 山本優子
11:15				
11:30				
11:45				
12:00	RITMOS 12:00-12:45 CHIKA	OXIGENO RADICAL FITNESS 12:00-12:45 YOSHIE	ヨガ 12:00-12:45 中條里香	K-POP 12:00-12:45 AYANO
12:15				
12:30				
12:45				
13:00				
13:15				
13:30				
13:45				
14:00				
14:15				
14:30				
14:45				
15:00				
15:15				
15:30				
15:45	ス レ	ス レ	ス レ	ス レ
16:00	タ ン	タ ン	タ ン	タ ン
16:15	ジ タ	ジ タ	ジ タ	ジ タ
16:30	オ ル	オ ル	オ ル	オ ル
16:45				
17:00				
17:15				
17:30				
17:45				
18:00				
18:15				
18:30				
18:45				
19:00				
19:15				
19:30				
19:45				
20:00				
20:15				
20:30				
20:45				
21:00				
21:15				
21:30				
21:45				
22:00				

500円  
お試し会員!

充実のスタジオプログラム 日本最高峰のジムエリア

ZUMBA  
UBOUND  
YOGA  
STRONG  
NATION

80台以上の豊富なマシン  
1kg~70kgまでのダンベル  
HAMMER-STRENGTHマシン公認ジム

女性専用エリア  
ヒップアップマシン

10月限定、500円でお試しいただけます!  
ジムもスタジオレッスンも全部使い放題!  
※以前お試し会員をご利用された方は対象外です  
【ご入会に必要なもの】  
①身分証②印鑑③キャッシュカード  
パワーハウスジム宮崎 宮交シティ2階 ☎0985-52-7755



日曜日  
各週レッスン!

レンタルスタジオは  
税込3,300円にてスタジオのみ  
ご利用いただけます。  
詳しくはHPを  
ご確認ください。