



サワダプライベートジム プログラム 2020.4～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:00						パーソナル トレーニング	
10:00						パーソナル トレーニング	
11:00			パーソナル トレーニング			11:15-11:45 脚らく	
12:00				パーソナル トレーニング			
13:00		タイ古式 マッサージ			パーソナル トレーニング		
14:00		13:45-14:30 トレーニング45		パーソナル トレーニング		パーソナル トレーニング	
15:00		パーソナル トレーニング			14:30-15:00 肩らく		
16:00				パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	
17:00		パーソナル トレーニング		パーソナル トレーニング		パーソナル トレーニング	
18:00						パーソナル トレーニング	
19:00		パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	19:00-19:45 トレーニング45		
20:00		パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング		
21:00	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング	パーソナル トレーニング			

※ パーソナルトレーニングは予約満員の為、新規の御客様受付を停止しています。