

カラダ変わる

ココロ変わる

スタジオプログラム利用料金

施設利用料：町内 ¥200、町外 ¥400

プログラム料金：¥300 ●●●

Chatore! Studio Program

ベリーダンス

《インストラクター&日程》

荒木 悦子

火曜 11:00 ~ 12:00

金曜 19:00 ~ 20:00

ポールで姿勢改善

《インストラクター&日程》

施設スタッフ

火曜 15:00 ~ 15:30

木曜 19:00 ~ 19:30

ヒーリングヨガ

《インストラクター&日程》

渡 留美

火曜 19:00 ~ 20:00

木曜 10:00 ~ 11:00

ZUMBA®

《インストラクター&日程》

大城 綾子

火曜 20:15 ~ 21:15

木曜 20:00 ~ 21:00

ピラティス

《インストラクター&日程》

糸数 こずえ

水曜 10:15 ~ 11:15

美ューティー Body Wave®

《インストラクター&日程》

比嘉 邦彦

水曜 15:00 ~ 15:45

土曜 19:00 ~ 19:45

リラックス ストレッチング

《インストラクター&日程》

施設スタッフ

水曜 19:00 ~ 19:30

ZUMBA®

《インストラクター&日程》

比嘉 邦彦

水曜 20:00 ~ 21:00

土曜 20:00 ~ 21:00

バランスフィット

《インストラクター&日程》

比嘉 邦彦

木曜 15:00 ~ 15:45

はじめてのヨガ

《インストラクター&日程》

飯星 倫可

金曜 10:00 ~ 11:00

じんわりタイ式ヨガ

《インストラクター&日程》

金野 秀香

土曜 10:00 ~ 10:45



運動しましよー！
たのしみ！

お問い合わせ：北谷町健康トレーニングセンター TEL098-936-7220