

5月

ゴルフ&フィットネス ワンポイント 田宮店

グループトレーニングスケジュール

ONE POINT
GOLF&FITNESS

開催日	時間	担当
5月 3日 (火)	14:30 ~ 15:30	岩崎
5月 5日 (木)	9:00 ~ 10:00	岩崎
5月 6日 (金)	19:00 ~ 20:00	岩城
5月 8日 (日)	9:00 ~ 10:00	岩城
5月 10日 (火)	14:30 ~ 15:30	岩崎
5月 12日 (木)	9:00 ~ 10:00	岩崎
5月 13日 (金)	19:00 ~ 20:00	岩城
5月 15日 (日)	9:00 ~ 10:00	岩城
5月 17日 (火)	14:30 ~ 15:30	岩崎
5月 19日 (木)	9:00 ~ 10:00	岩崎
5月 20日 (金)	19:00 ~ 20:00	岩城
5月 22日 (日)	9:00 ~ 10:00	岩城
5月 24日 (火)	14:30 ~ 15:30	岩崎
5月 26日 (木)	9:00 ~ 10:00	岩崎
5月 27日 (金)	19:00 ~ 20:00	岩城
5月 31日 (火)	14:30 ~ 15:30	岩崎

※インストラクターの都合により、休講・変更となる場合がございます。 ※ご予約はフロントにて受付いたします。 ※1クラス6名までです。

料金

3回セット 3,000円 ※ポイント利用不可

「ジム通いが続かない」「トレーニングの仕方がわからない」「トレーニングのポイントがわからない」などお悩みの方必見、6名1クラスのグループレッスンに参加してみてもいいかもしれません！



ウェイトリフティングを10年ぐらやっていて、インターハイや国体にも出場経験があります。バーベルやマシンを使ったトレーニングが得意です。一緒に楽しくトレーニングしましょう！

岩城 圭太 (いわき けいた)
インストラクター



趣味はゴルフとアウトドア全般。自重トレーニングやケーブルを使ったトレーニングが得意です。自宅にもトレーニング設備があって、毎日体を鍛えています。一緒に理想の体づくりを頑張りましょう！

岩崎 凌 (いわさき りょう)
インストラクター

ご予約・お問い合わせは

ゴルフ&フィットネス ワンポイント 田宮店

tel.088-631-7210