

POWERHOUSEGYM MIYAZAKI STUDIO PROGRAM 2025.9

	9/7(日)	9/14(日)	9/21(日)	9/28(日)
9:15			WWW企画	
9:30				9月13日土曜日
9:45				
10:00				17:00~17:50
10:15			無料イベント	初中級エアロ
10:30			要予約	担当:倉持七海IR
10:45				島原萌未IR
11:00	 ZUMBA 11:00-11:45 内田百香		 ZUMBA 11:00-11:45 田中聖人	 ZUMBA 11:00-11:45 内田百香
11:15				
11:30				18:15~19:15
11:45				ダンスエアロ
12:00	リラックスヨガ 12:00-12:45 MIKIKO	初中級エアロ 12:00-12:50 藤澤祥太 野田たくみ 田中聖人	FIGHT DO RADICAL FITNESS 12:00-12:30 田中聖人	担当:倉持七海IR
12:15				島原萌未IR
12:30				
12:45				
13:00			STRONG N.A.T.I.O.N. 12:45-13:15 田中聖人	9月14日日曜日
13:15		※有料レッスン		
13:30		RITMOS 13:10-14:00 藤澤祥太 田中聖人	ストレッチボール 13:30-14:00 田中聖人	12:00~12:50
13:45				初中級エアロ
14:00		※有料レッスン		
14:15		ダンスエアロ 14:15-15:05 藤澤祥太 田中聖人		13:10~14:00
14:30				リトモス
14:45		※有料レッスン		
15:00				14:15~15:05
15:15				ダンスエアロ
15:30				
15:45	ス レ		ス レ	ゲスト
16:00	タ ン		タ ン	藤澤祥太IR
16:15	ジ タ		ジ タ	野田たくみIR
16:30	オ ル		オ ル	+ 田中聖人IR
16:45				
17:00		ス レ	ス レ	※要予約、
17:15		タ ン	タ ン	別途料金
17:30		ジ タ	ジ タ	フロント又は
17:45		オ ル	オ ル	お電話にて受付
18:00				(詳細は別紙にて
18:15				ご確認ください。)
18:30				
18:45				
19:00				
19:15				
19:30				
19:45				
20:00				
20:15				
20:30				
20:45				
21:00	日曜日			
21:15				
21:30	各週レッスン!			
21:45				
22:00				

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。