



祝日プログラム



2/23(月)9:00~18:00

10:00~10:40
チェアエクササイズ

長門

11:00~11:40
ボディコンディショニング

三隅

13:30~14:10
サーキット
トレーニング

三隅

14:30~15:10
エアロビクス

渋江

15:45~16:15
ヨガ

渋江



マリエ
フィットネスクラブ

広島城ウォーキング開催！！

日時：2月23日(月・祝) ※小雨決行

コース：マリエフィットネスクラブ⇔広島城

13時スタート

(約8Km 想定時間3時間～4時間)

集合場所：マリエフィットネスクラブ

担当：面家、長門

参加費：無料

※入城料(大人370円、65歳以上180円、中学生以下無料)別途必要

ご家族・ご友人の参加
片道のみのご参加もOKです！

※詳しくはスタッフまで

 マリエフィットネスクラブ