

# スタジオ祝日プログラム

## 11月23日 (土・祝)

13:00 ) 13:30	30分	 青竹リフレッシュ	坂本	会員 無料 ビジタ-1,650円
14:00 ) 14:30	30分	ボールエクササイズ	澤井	会員 無料 ビジタ-1,650円
15:00 ) 15:30	30分	シェイプトレーニング	大和田	会員 無料 ビジタ-1,650円

おすすめプログラム!!

## シェイプトレーニング

11月より大和田インストラクターが  
新しいプログラムの担当に加わります。  
皆様のご参加を心よりお待ちしております。

お問い合わせは、トレーニングジムで承ります。  
ゴールドスパ・ニューオータニ 03-3265-9611 (内線556)



THE GOLDEN SPA  
NEW OTANI