

	金				土				日			
	studio		GYM	AQUA	studio		GYM	AQUA	studio		GYM	AQUA
	A	B			A	B			A	B		
10:00												
10:15												
10:30												
10:45												
11:00												
11:15												
11:30												
11:45	ヘルピックストレッチ											
12:00	11:30 - 12:30 Haru											
12:15												
12:30												
12:45												
13:00												
13:15												
13:30												
13:45												
14:00	DISC WORLD											
14:15	13:45 - 14:45 鶴田											
14:30												
14:45												
15:00												
15:15												
15:30												
15:45												
16:00												
16:15												
16:30												
16:45												
17:00												
17:15												
17:30												
17:45												
18:00												
18:15												
18:30												
18:45												
19:00												
19:15												
19:30												
19:45												
20:00												
20:15												
20:30												
20:45												
21:00												
21:15												
21:30												
21:45												
22:00												
22:15												
22:30												
22:45												
23:00												

6/27のみ

スケジュール表記について

新規導入プログラム 新規導入/プログラム変更

時間変更 スタジオ 時間/スタジオ変更

イントラ インストラクター変更

初心者歓迎

ラディカルプログラム

レスミルスプログラム

- プログラム内容、時間等は変更になる場合がございます。
- 休日に2回インストラクターが変更になる場合がございます。
- 代わり案内は1階プログラム大型掲示板、各階各ご案内ボードにて。

アルペンフィットネスクラブ甲府

LINE@はじめました

LINE@ @afc-kofu

CHECK! ご登録でお得情報をGET!!

登録は簡単♪ 下記の3つの方法から1つ選んでお友達登録してね★

QRコード

LINE@

LINEの「友だち追加」から「QR検索」または「QRコード」で登録してください

LINEご登録はこちらから！

LINE@

QRコード

@afc-kofu

LINEの「友だち追加」から「QR検索」または「QRコード」で登録してください

Instagram

AFC-KOFU

インスタご登録はこちらから！

初めての方必見！

ヨガマット初回一回無料

貸し出し中！通常 220円（有料）

フロントにてお申し込みください！

販売用もございます！

Alpen FITNESS CLUB

RADICAL FITNESS

RADICAL FITNESS FIGHT DO

RADICAL FITNESS RADICAL POWER

RADICAL FITNESS MEGADANZ

RADICAL FITNESS OXIGENO

HYPER C RADICAL FITNESS

UNIVERSAL YOGA EARTH

LESMILLS

LESMILLS BODYCOMBAT

LESMILLS BODYATTACK

LESMILLS BODYBALANCE

ZUMBA FITNESS

DISC WORLD

avex dance master

Alpen FITNESS CLUB

tel:055-233-3736

ホームページアドレス

http://www.alpen-fc.com/kofu

AlpenGroup