



BANYAN TREE
CLUB & SPA SEOUL

ACTIVITY

GUIDE

FITNESS PROGRAMME

피트니스 정규클래스 안내

- 피트니스 클래스는 반얀트리 회원에 한하여 참여하실 수 있습니다.
- 그룹수업의 경우 반얀트리 회원과 투숙객에 한하여 참여하실 수 있습니다.
- 그룹 수업의 경우 신청 인원이 미달 시 프로그램이 취소될 수 있습니다.
- 1:1 수업은 강사와 시간 조율 후 수업 가능합니다.

취소 및 환불 규정

아래의 경우에 한하여 참가비는 환불되지 않습니다.

- 당일 취소 및 No Show의 경우
- 예약 확정 이후 또는 결제 완료 이후

문의 및 예약


클럽 리셉션 02 2250 8120, 02 2250 8118



BANYAN TREE
CLUB & SPA SEOUL

RECREATION PROGRAMME WEEKLY SCHEDULE

| Time | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun |
|-------|--------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|-----|-----|
| 7:00 | 스트레칭&코어 07:00-07:30 | 서킷 트레이닝 07:00-07:30 | 스트레칭&코어 07:00-07:30 | 서킷 트레이닝 07:00-07:30 | 스트레칭&코어 07:00-07:30 | | |
| 8:00 | | | | | | | |
| 9:00 | | 하타 요가 09:00-09:50 백세은 강사 | | 빈야사 요가 09:00-09:50 백세은 강사 | | | |
| 10:00 | | 다이어트 ABT 10:00-10:50 윤경화 강사 | | 링 테라피 10:00-10:50 윤경화 강사 | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | 토탈 바디 톤링 16:00-16:50 김준성 강사 | | 어퍼 바디 16:00-16:50 김준성 강사 | | 로워 바디 16:00-16:50 김준성 강사 | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 19:00 | 스파인 얼라이먼트 19:00 - 19:50 김민지 강사 | 빈야사 요가 19:00 - 19:50 백세은 강사 | | 코어 요가 19:00 - 19:50 백세은 강사 | 스파인 얼라이먼트 19:00 - 19:50 김민지 강사 | | |
| 20:00 | 폼롤러 EX 20:00-20:50 김민지 강사 | 프롭 리커버리 20:00-20:50 백세은 강사 | 서클링 EX 20:00-20:50 김민지 강사 | 폼롤러 스트레칭 20:00-20:50 백세은 강사 | 짐볼 EX 20:00-20:50 김민지 강사 | | |

 유료강좌 Chargeable

- 강사의 사정에 따라 일부 강좌가 변경될 수 있습니다.
- 문의 클럽 리셉션 02 2250 8118