

12月イベントプログラム

土曜日

12月1日

14:50~15:50	未定	藤井真奈美	★☆☆
16:00~17:00	未定	藤井真奈美	★☆☆

12月8日

14:50~15:50	ヴィンヤサフローヨガ	SAYURI	★☆☆
16:00~17:00	ヨガピス	SAYURI	★☆☆

12月15日

14:50~15:50	簡単らくらく ヒモトレ機能改善	坂口敬朗	★☆☆
16:00~17:00	エアロ~LATINO 初中級	坂口敬朗	★☆☆

12月22日

週替わりレッスンはございません。
ご容赦賜りますようお願い致します。

日曜日

12月2日

13:00~14:00	ステップ中級60	今堀加奈子	★☆☆
14:15~15:15	エアロ中級60	今堀加奈子	★☆☆

12月9日

13:00~13:45	ジャズダンス初級45	古藤麻紗子	★☆☆
14:00~15:00	ストレッチ& 引き締めエクササイズ45	古藤麻紗子	★☆☆

12月16日

13:00~14:00	パンプアップ(筋トレ)	大曾根まどか	★☆☆
14:15~15:15	リトモス	大曾根まどか	★☆☆

12月23日

週替わりレッスンはございません。
ご容赦賜りますようお願い致します。

◆お申込み順となります。

◆イベント開催週の月曜日からご予約承ります。◆詳しくはフロントまでお尋ねください。