

9月イベントプログラム

土曜日

9月2日			
14:50~15:50	お腹スッキリ♪ピラティス	藤井真奈美	★☆☆
16:00~17:00	ピラティス中級クラス	藤井真奈美	★☆☆
9月9日			
14:50~15:50	ルーシーダットン ~ポーズの見直し~	広瀬賢	★☆☆
16:00~17:00	開脚の第一歩 ~開脚を理解してさらに開く~	広瀬賢	★☆☆
9月16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	★☆☆
9月23日			
14:50~15:50	パンプアップ(筋トレ)	大曾根まどか	★☆☆
16:00~17:00	リトモス	大曾根まどか	★★☆
9月30日			
14:50~15:50	秋の陰ヨガ	中澤聖子	★☆☆
16:00~17:00	リラックスの為の陰ヨガ	中澤聖子	★☆☆

日曜日

9月3日			
13:00~13:45	ジャズダンス〈基礎〉	沖知美	★☆☆
14:00~15:00	ジャズダンス〈応用〉	沖知美	★☆☆
9月10日			
13:00~14:00	社交ダンス①	フランスコサ'ビ'エルキ'ジ'エン	★☆☆
14:15~15:15	社交ダンス②	フランスコサ'ビ'エルキ'ジ'エン	★☆☆
9月17日			
13:00~14:00	ステップ60(中級)	羽田恵美	★★☆
14:15~15:15	エアロ60(中級)	羽田恵美	★★☆
9月24日			
13:00~13:45	ステップ中級45	今堀加奈子	★★☆
14:00~15:00	エアロ中級60	今堀加奈子	★★☆
10月1日			
9月15日頃 ご案内致します			

◆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。