

9月イベントプログラム

土曜日

| | | | |
|-------------|--|--------|-----|
| 9月1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8日 | | | |
| 14:50~15:35 | バレトン45 | たかこ | ★☆☆ |
| 15:50~16:50 | ピラティス | たかこ | ★☆☆ |
| 9月15日 | | | |
| 14:50~15:50 | ひめトレ45 <small>~骨盤アプローチでボディシェイプ~</small> | 沖知美 | ★☆☆ |
| 16:00~17:00 | ジャズダンス | 沖知美 | ★☆☆ |
| 9月22日 | | | |
| 14:50~15:50 | 未定 | 広瀬賢 | ★☆☆ |
| 16:00~17:00 | 未定 | 広瀬賢 | ★☆☆ |
| 9月29日 | | | |
| 14:50~14:50 | 未定 | 藤井真奈美 | ★☆☆ |
| 16:00~17:00 | 未定 | 藤井真奈美 | ★☆☆ |

日曜日

| | | | |
|-------------|---|--------|-----|
| 9月2日 | | | |
| 13:00~14:00 | ジャイロキネシス60 | 白井真優 | ★☆☆ |
| 14:15~15:15 | ラテンダンス60 | 白井真優 | ★☆☆ |
| 9月9日 | | | |
| 13:00~14:00 | リトモス60 | 青山耀士 | ★☆☆ |
| 14:15~15:15 | フープブーン60 (定員10名) <small>~フーフーフーを利用したダイエットレッスン~</small> | 青山耀士 | ★☆☆ |
| 9月16日 | | | |
| 13:00~14:00 | モダンダンス | 白井真優 | ★☆☆ |
| 14:15~15:15 | ハウスダンス | 白井真優 | ★☆☆ |
| 9月23日 | | | |
| 13:00~13:45 | エアロ初級45 | 大曾根まどか | ★☆☆ |
| 14:00~15:00 | リトモス60 | 大曾根まどか | ★☆☆ |
| 9月30日 | | | |
| 13:00~13:45 | ジャズダンス初級45 | 古藤麻紗子 | ★☆☆ |
| 14:00~14:45 | ストレッチ& 引き締めエクササイズ45 | 古藤麻紗子 | ★☆☆ |

◆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。