

5月イベントプログラム

土曜日

5月6日

14:50~15:50	パンプアップ(筋トレ)	大曽根まどか	★☆☆
16:00~17:00	リトモス	大曽根まどか	★☆☆

5月13日

14:50~15:50	ピックアップ☆ ピラティスクラス	藤井真奈美	★☆☆
16:00~17:00	ピラティス☆ スペシャルクラス	藤井真奈美	★☆☆

5月20日

14:50~15:35	かんたんダンスエアロ45	小西高裕	★☆☆
15:50~16:50	ダンス60	小西高裕	★☆☆

5月27日

14:50~15:50	ルーシーダットン ~硬くなりがちな場所を集中アプローチ~	広瀬賢	★☆☆
16:00~17:00	開脚の第一歩 ~あぐらとつなげる~	広瀬賢	★☆☆

日曜日

5月7日

13:00~14:00	カンフー扇	安田早苗	★☆☆
14:15~15:15	陳式太極拳	安田早苗	★☆☆

5月14日

13:00~13:45	ジャズダンス基礎45	古藤麻紗子	★☆☆
14:00~15:00	ジャズダンス中級	古藤麻紗子	★★☆

5月21日

13:00~14:00	HIP HOP 初級	姜仁実	★☆☆
14:15~15:15	HIP HOP 中級	姜仁実	★★☆

5月28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	★★☆

◆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。