

2月 週替わりレッスン

月曜		
6日	13日,27日	20日
20:15-21:00 TRX®体脂肪燃焼 捧	20:15-21:00 ZUMBA® 理沙	20:15-21:00 全身シェイプ&キック 捧

火曜	
7日,21日	14日,28日
19:30-20:00 ストレッチーズ® 星	19:30-20:00 シェイプアップバレエ 星
20:10-20:50 シルクサスペンション™ 星	20:10-20:50 シルクサスペンション™ エアリアル 星

水曜	
1日,15日	8日,22日
12:00-12:45 バンジーフィットネス® 捧	12:00-12:45 TRX®体脂肪燃焼 捧

金曜	
10日,24日	3日,17日
19:30-20:15 バンジーフィットネス® 捧	19:30-20:15 全身シェイプ&キック 捧

土曜	
25日	4日,18日
12:30-13:15 TRX®体脂肪燃焼 捧	12:30-13:15 ZUMBA GOLD® 理沙

日曜	
5日	12日
10:15-11:00 ストレッチーズ® 星	10:15-11:00 シルクサスペンション™ 星
11:15-12:15 クラシックバレエ 星	11:15-12:15 クラシックバレエ 星
フロントお手続き	
○	×