

レッスンスケジュール

11/23特別レッスン

骨格調整コンディショニング

STUDIO

- 【時間】 11:00-11:45 【担当】 原田 公威

ZUMBA® 【特別レッスン】 定員14名

- 【時間】 12:10-13:10 【担当】 YUKI

ピラティス初級

- 【時間】 14:00-14:45 【担当】 原田 公威

エアロ（入門） 【特別レッスン】 定員10名

- 【時間】 15:00-15:30 【担当】 竹内 礼子

ベーシックエアロ 定員10名

- 【時間】 15:40-16:25 【担当】 竹内 礼子

AQUAZUMBA®

AQUA

- 【時間】 13:30-14:15 【担当】 YUKI

ワンポイントレッスン4泳法

- 【時間】 14:30-15:00 【担当】 小池 信郎

ワンポイントレッスン4泳法

- 【時間】 15:05-15:35 【担当】 小池 信郎