

10月(水)週替わりレッスンのお知らせ

10/1(水)アクティブスタジオ

13:15-14:15
14:45-15:30

ファイドウ
UBOUND
IR RINO

10/8(水)アクティブスタジオ

13:15-14:15
14:45-15:30

パワーカーディオ
ファイドウ
IR 荒井 秀一

10/22(水)アクティブスタジオ

13:15-14:15
14:45-15:30

パワーカーディオ
ファイドウ
IR 荒井 秀一

10/29(水)アクティブスタジオ

13:15-14:15
14:45-15:30

ファイドウ
UBOUND
IR RINO

ご理解、ご協力を宜しくお願いいたします。

10月(月)週替わりレッスンのお知らせ

10/6(月)HOTスタジオ

13:45-14:30

ストレッチングヨガ★

15:00-16:00

フローヨガ★★

IR 辻 陽子

10/20(月)HOTスタジオ

13:45-14:30

ビギナーヨガ★

15:00-16:00

やさしいパワーヨガ★★

IR MASAKI

10/27(月)HOTスタジオ

13:45-14:30

ストレッチングヨガ★

15:00-16:00

ボディメイクヨガ★★

IR YUMI

ご理解、ご協力を宜しくお願いいたします。

10月(木)週替わりレッスンのお知らせ

10/2(木)HOTスタジオ

10:30-11:30 リフレッシュヨガ★★★
IR 柳原 友花里

10/9(木)HOTスタジオ

10:30-11:30 リフレッシュヨガ★★★
IR YUMI

10/16(木)HOTスタジオ

10:30-11:30 リフレッシュヨガ★★★
IR YUMI

10/23(木)HOTスタジオ

10:30-11:30 リフレッシュヨガ★★★
IR MASAKI

10/30(木)HOTスタジオ

10:30-11:30 リフレッシュヨガ★★★
IR MASAKI

ご理解、ご協力を宜しくお願いいたします。