

マシン ピラティス

9月祝日プログラム

【営業時間 10:00～20:00】

★：入門 ★★：初級 ★★★：上級

9/15(月)

10:30-11:30

BASIC1

★

Rieko

12:15-13:15

HIP&LEGS

★★

Rieko

13:45-14:45

UPPER BODY

★

haino

15:15-16:15

BASIC2 with Cardio Tramp

★★

Ricco

16:45-17:45

LOWER BODY

★

Ricco

9/23(火)

10:30-11:30

BODYMAKE

★★

Rieko

12:15-13:15

LOWER BODY

★

Rieko

13:45-14:45

BASIC2

★★

SHIORI

15:15-16:15

JUMP TO SHAPE

★★★

Ricco

16:45-17:45

UPPER BODY

★

Ricco

【ご利用に際しての注意事項】

- ※マシンピラティスのレッスンは予約必須となります。
- ※フロントにて必ずチェックインをお願いいたします。
- ※時間外利用料・相互利用料はそれぞれ 1,980円(税込)でご利用いただけます。
- ※レッスン開始の15分前からスタジオにご入室いただけます。
- ※レッスン開始後の途中入室、体調不良時以外の途中退室はご遠慮ください。