

12月週替わり担当

特別プログラムは別紙参照♪
もう少々お待ちください ^ ^

土曜日

12月6日

13:30～14:30
リラックスヨガ★
haruka IR

16:00～17:00
ボディメイク
エクササイズ★★
Ayumi IR

17:30～18:30
アロマビギナー
ヨガ★
Ayumi IR

12月7日

10:00～11:00
ボディメイク
エクササイズ★★
Ayumi IR

12月13日

13:30～14:30
リラックスヨガ★
Mami IR

16:00～17:00
やさしいパワー
ヨガ★★
みさと IR

17:30～18:30
アロマビギナー
ヨガ★
みさと IR

12月14日

10:00～11:00
フローヨガ★★
みさと IR

12月20日

13:30～14:30
リラックスヨガ★
もも IR

16:00～17:00
デトックスヨガ
★★
haruka IR

17:30～18:30
アロマビギナー
ヨガ★
haruka IR

12月21日

10:00～11:00
ボディメイクヨガ
★★
Mica IR

12月27日

13:30～14:30
特別プログラム★
みさと IR

16:00～17:00
特別プログラム★★
Mami IR

17:30～18:30
特別プログラム★
Mami IR

12月28日

10:00～11:00
特別プログラム★★
YU-RI IR
今月のボクシングは4周目です！

日曜日