



11月・火曜日 週替わりレッスン

4日

18: 30-19: 30

フローヨガ ★★ MAIKA

20: 00-21: 00

ストレッチ ★ Aoi

11日

18: 30-19: 30

ピラティス ★★ Aoi

20: 00-21: 00

ストレッチングヨガ ★
MAIKA

18日

18: 30-19: 30

ベーシックヨガ ★★ Mami

20: 00-21: 00

ストレッチングヨガ ★
MAIKA

25日

18: 30-19: 30

ベーシックヨガ ★★ ayaka

20: 00-21: 00

やさしいフローヨガ ★
ayaka