

1/8(月)祝日プログラム

営業時間

皆さまのご来館心よりお待ちしております

9:00~15:00

P 1

9:55~10:25

2024年は
バイクデビュー★

YUKO

リカバリー
ストレッチ

9:10~9:40

本来のカラダを
取り戻そう!

YUKO

美脚★

ピラティス

11:50~12:20

美脚は作れるよ
まっすぐ脚に!

ASAMI

THEエアロ50

10:40~11:30

スタジオレッスン
といえばコレ!

ASAMI

P 2

12:35~13:15

消費カロリー
800kcal!!

YUKO

BODY MAKE
チューブ

13:30~14:00

引き締め効果NO.1
筋力upで運氣up!

YUKO

カラーゲンセル

祝日バージョン

14:15~14:45

余分なものは
ため込まない♡

ASAMI