

Summer FESTIVAL

SPECIAL LESSON schedule

open 9:00 / close 15:00

8月11日(月・祝)	LESSON	Instructor
910-940	美姿勢ピラティス③⑩	アサミ
950-1020	美ボディチューブトレーニング	ヨシミ
1040-1135	P2 + 10分Jijyu	時野谷
1155-1225	初めてピラティス③⑩	キヨ
1240-1310	P1	ヨシミ
1325-1355	リズムスロー③⑩	アサミ
1405-1435	ヨガ③⑩	キヨ
8月16日(土)	LESSON	Instructor
910-940	P1	ユウコ
955-1025	リカバリーストレッチ	ヨシミ
1040-1110	P1	ヨシミ
1125-1155	P1	ユウコ
1210-1240	リズムスロー	ユウコ
1255-1325	P1	ヨシミ
1340-1410	《CILL♡♡♡》ピラティス&瞑想	ユウコ
8月17日(日)	LESSON	Instructor
910-1055	P1 + 10Jijyu	ヒトミ
1010-1055	ENJOY♪コラボダンス	ヒトミ&アサミ
1110-1140	美ボディヒップ	ヒトミ
1200-1250	P3	カオリ
1305-1335	チューブ	カオリ
1345-1415	10ストレッチ	カオリ
★上記レッスン以外は通常通りとなります★		