

10/13
月・祝

LESSON SCHEDULE

営業時間9:00～15:00

9:10～9:55 P1 + Jijyu HITOMI

10:10～10:40 リズムスロー HITOMI

10:55～11:25 ヒップメイク KANA

11:40～12:35 P 2 + Jijyu KANA

12:50～13:20 カーディオファイト^{③〇} KANA

13:35～14:05 リカバリーピラティス KANA

10/13
月・祝

LESSON SCHEDULE

営業時間9:00～15:00

9:10～9:40 ヒップメイク MITSUE

9:55～10:40 リンパストレッチ MITSUE

10:55～11:25 チューブピラティス MITSUE

11:40～12:10 ボールピラティス MITSUE

12:10～12:40 ENJOYダンス^{③〇} HITOMI

12:55～13:40 リズムスロー^{④5} HITOMI