祝日 ＼久米川店／ レッスンスケジュール

11月23日 月

豪華なピラティス&ダンスDAYにチャレンジ！





9 :00~

9 :30~

10:00~

10:30~

11:00~

11:30~

12:00~

12:30~

13:00~

9:10～9:55
BASICピラティス45
RINA

10:10～10:40
リズムスロー
ASAMI



10:55～11:25
リングピラティス
ASAMI



11:40～12:25
ENJOYダンス優しいジャズ
ASAMI



12:30～12:50
ショートストレッチ20

祝日 ＼一橋学園／ レッスンスケジュール

11月23日 月

豪華なラインナップを楽しもう～！！



9 :00~

9 :30~

10:00~

10:30~

11:00~

11:30~

12:00~

12:30~

13:00~

14:00~

9:10～9:55
P1＋JIJYU
KANA



10:10～10:40
ボールピラティス
KANA

10:45～10:55
10分フットケア
KANA



11:10～11:55
ENJOYダンス!優しいスロージャズ
RINA



12:10～12:50
P2
YOSHIMI



13:00～13:30
ヒップメイク
YOSHIMI

