

スタジオレッスンスケジュール

2023/2/11・23
営業時間10時～20時

	2/11(土)	2/23(木)	
10:00			10:00
11:00	10:30~11:15 バレエ みすず	10:30~11:15 骨盤コンディショニング 絵里子	11:00
12:00	11:45~12:30 ピラティス 山川	11:45~12:30 ダンスエアロ HIRO	12:00
13:00	12:50~13:35 ボディメイク 山川	13:00~13:45 背骨の調律エクササイズ Sintex® HIRO	13:00
14:00	14:30~15:15 ダンスエアロ HIRO	14:15~15:00 エアロ45 すう	14:00
15:00	15:45~16:30 バレトン® HIRO	15:30~16:15 ZUMBA® よっしー	15:00
16:00	16:45~17:30 背骨の調律エクササイズ Sintex® AKI	16:30~17:15 ダンスコンディショニングストレッチ Aya	16:00
17:00	18:00~18:45 ZUMBA® misono	17:30~18:15 ジャズダンス Aya	17:00
18:00			18:00
20:00閉館			



★レッスン参加にあたっての諸注意★

- 必ず予約をお取りになってからご参加ください。
- ご予約はご本人分のみとさせていただきます。ご家族、ご友人の分のご予約はお受けできません。
- レッスン開始5分後の入場は安全面・マナー面の低下につながる為、お断りいたします。



ビューティー&フィットネスYOUR勝田台