

# スタジオレッスンスケジュール

2023/11/23 (木祝)  
営業時間10時～20時

11/23(木)		
10:00		10:00
	10:30~11:15	
	骨盤コンディショニング	
11:00	絵里子	11:00
		
	11:45~12:30	
12:00	ダンスエアロ	12:00
	HIRO	
13:00	13:00~13:45	13:00
	背骨の調律エクササイズ	
	Sintex®	
	HIRO	
14:00	14:15~15:00	14:00
	エアロ45	
	すう	
15:00		15:00
	15:30~16:15	
	ZUMBA®	
	芦川	
	16:30~17:15	
17:00	ダンスコンディショニングストレッチ	17:00
	Aya	
	17:30~18:15	
18:00	ジャズダンス	18:00
	Aya	
		



★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

