

8/12～8/17

休講のお知らせ

8/14(木) コア☆time 13 : 40～14 : 10 上林

ストレッチ☆time 14 : 20～14 : 50 赤塚

8/15(金) からだコンディショニング 12 : 10～13 : 00 笠原

8/16(土) めざまし☆time 9 : 50～10 : 20 笠原

コアバランス☆time 12 : 00～12 : 30 笠原