

祝日特別レッスン開催のお知らせ

11月3日(火・祝)

10 : 00～10 : 30 ボール☆time 澤木

10 : 50～11 : 50 ボディエクササイズ 渡邊

12 : 20～13 : 20 初めてベリー 大島

13 : 30～14 : 15 お腹引き締めエクササイズ&ストレッチ 大島

14 : 30～15 : 30 ファントレ de リフレッシュ 澤木

18 : 30～19 : 30 ピラティス&ストレッチ 尾崎