

振替営業特別レッスンのお知らせ

5月16日(水)11:00~12:00(60分間)

ピラティス

安孫子

19:00~20:00(60分間)

ZUMBA

太田(典)

5月23日(水)20:00~20:20(20分間)

The 腹筋

〈様々なトレーニングで腹筋を追い込みます〉

20:30~21:00(30分間)

リラックスストレッチ

〈全身の筋肉を気持ちよくほぐします〉

高橋