

2023年2月11日(土・祝)

祝日レッスンプログラム **変更・休講**のお知らせ

変更前

9:30-10:15
ストレッチyoga
 高橋 喜代子

10:25-11:20
キッズHIP-HOP
 平林 初菜

11:30-12:15
ウェービング 筋膜リリース
 柳澤 美恵

12:25-13:25
ヨガ
 柳澤 美恵

13:40-14:25
BODY COMBAT
 高橋 楓果

14:40-15:25
代謝UP!トレーニング
 麻由

15:40-16:30
エアロ中・上級
 熊谷 知子

16:40-17:25
初・中級ステップ
 熊谷 知子

17:45-18:15
SH'BAM
 土屋 悟

18:30-19:15
エンジョイエアロ
 土屋 悟

19:30-20:15
STRONG NATION
 土屋 悟

変更後

9:30-10:15
ストレッチyoga
 高橋 喜代子

10:30-11:15
大人HIP-HOP
 平林 初菜

11:30-12:15
ウェービング 筋膜リリース
 柳澤 美恵

12:25-13:25
ヨガ
 柳澤 美恵

13:40-14:25
BODY COMBAT
 高橋 楓果

14:40-15:25
代謝UP!トレーニング
 麻由

15:40-16:30
エアロ中・上級
 熊谷 知子

16:40-17:25
初・中級ステップ
 熊谷 知子

17:45-18:15
SH'BAM
 土屋 悟

18:30-19:15
エンジョイエアロ
 土屋 悟

19:30-20:15
STRONG NATION
 土屋 悟