

2023年2月23日(木・祝)

祝日レッスンプログラム **変更・休講**のお知らせ

変更前

9:00-9:45
morning yoga
橋詰 敬子

9:55-10:45
バレエクササイズ
村松 小百合

11:00-11:45
ビギナーエアロ
掛川 万紀子

11:55-12:40
barre
掛川 万紀子

12:50- 13:20
BODY COMBAT
掛川 万紀子

13:35-14:20
バランスコーディネーション
熊谷 知子

14:30-15:15
ZUMBA
熊谷 知子

15:25-15:55
DHW X
熊谷 知子

16:05-19:00
キッズHIP-HOP
麻由

19:15-20:15
BAILA BAILA
熊谷 知子

20:30-21:15
STEP & STEP
若月 幸代

21:25-22:10
エンジョイエアロ
若月 幸代

22:20-22:50
骨盤矯正ストレッチ
若月 幸代

変更後

9:00-9:45
morning yoga
橋詰 敬子

9:55-10:45
バレエクササイズ
村松 小百合

11:00-11:45
バランスコーディネーション
熊谷 知子

11:55-12:40
ZUMBA
熊谷 知子

12:50- 13:50
BAILA BAILA
熊谷 知子

14:00-14:45
STEP & STEP
若月 幸代

15:00-15:45
エンジョイエアロ
若月 幸代

16:05-19:00
キッズHIP-HOP
麻由

祝日の為、短縮営業

天皇誕生日



南長野運動公園