

2023年10月度

スタジオレッスンプログラム変更・休講のお知らせ

変更前

10月1日(日) 10:45-11:30
LESMILLS SH' BAM
土屋 悟

10月1日(日) 11:45-12:15
LESMILLS BODY COMBAT
土屋 悟

10月6日(金) 9:00-9:30
ボールエクササイズ
西澤 カオリ

10月6日(金) 12:00-12:45
HIP-HOP
HANA

10月6日(金) 16:30-17:15
HIP-HOP
HANA

変更後

10月1日(日)
休講

10月1日(日)
休講

10月6日(金) 9:00-9:30
ボールエクササイズ
橋立 裕亮

10月24日(日) 12:00-12:45
DANCEエクササイズ
麻由

10月6日(金) 16:30-17:15
タイ式ヨガ
KIYOKO