

3月20日(月・祝)

スタジオ特別プログラム

	Detox Studio
10:00	
11:00	
	11:15(45) バレトン 温度■□□ MIKI
12:00	
	12:15(60) 骨盤調整ヨガ 温度■■□ MIKI
13:00	
	13:45(45) 全身引締めエクササイズ 温度■□□ SHIORI
14:00	
	14:45(60) ZUMBA 温度□□□ HARUNA
15:00	
	16:00(30) 美人の背中(定員20名) 温度■■□ SHIORI
16:00	
	16:45(75) 美脚ヨガ 温度■■■ MIKI
17:00	
18:00	
19:00	<p>今回は、 全身引き締めエクササイズ45分 ZUMBA60分 美脚ヨガ75分 の耐久レッスンです。 ぜひ、チャレンジしてみてください。</p>
20:00	

営業時間は 10:00~20:00 となります。