

8月15日(火) 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) | オリジナルピラティス 温度 ■ ■ □ MIKI |
| 13:00 | |
| 13:30(60) | 脂肪燃焼ヨガ 温度 ■ □ □ MEGUMI |
| 14:00 | |
| 14:45(45) | エアロビクス 温度 □ □ □ SHIORI |
| 15:00 | |
| 15:45(60) | タイ式ヨガ 温度 ■ ■ □ MIKI |
| 16:00 | |
| 17:00 | |
| 18:00 | <p>今回は、 オリジナルピラティス 60分 脂肪燃焼ヨガ 60分 エアロビクス 45分 レッスンがおすすめです。 ぜひ、皆様のご参加お待ちしております。</p> |
| 19:00 | |
| 20:00 | |

営業時間は 10:00~20:00 となります。