

# 1月8日(月)

## スタジオ特別プログラム

	Detox Studio
10:00	
11:00	11:00(45) オリジナルピラティス 温度■■□ MIKI
12:00	12:00(75) シェイプアップヨガ 温度■■□ MIKI
13:00	
13:30	13:30(15) 骨盤ストレッチ 温度■□□ SEIYA
14:00	14:00 (45) メガダンス 温度□□□ HIROKO
15:00	15:00 (45) ファイドウ 温度□□□ HIROKO
16:00	16:00(60) リンパ調整ヨガ 温度■■□ MIKI
17:00	17:15(30) 美人の背中(定員20名) 温度■□□ SHIORI
18:00	<p>今回は、  <u>シェイプアップヨガ75分</u>  <u>メガダンス 45分</u>  <u>ファイドウ 45分</u>                      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。

