

2月12日(月)

スタジオ特別プログラム

	Detox Studio
10:00	
11:00	11:00(45) シェイプアップピラティス 温度■■■□ MIKI
12:00	12:00(60) リンパ調整ヨガ 温度■■■□ MIKI
13:00	
14:00	13:30(45) ファイドウ 温度□□□ HIROKO
15:00	14:30(60) ダンスエアロ 温度□□□ HIROKO
16:00	15:45(60) タイ式ヨガ 温度■■■□ MIKI
17:00	17:00(15) 骨盤ストレッチ 温度■□□ SEIYA
18:00	17:30(30) 美人の背中(定員20名) 温度■□□ SHIORI
19:00	今回は、 シェイプアップピラティス45分 ファイドウ 45分 ダンスエアロ 60分 レッスンがおすすです。 ぜひ、皆様のご参加お待ちしております。
20:00	

営業時間は 10:00~20:00 となります。