

3月21日(水)

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(60) 骨盤調整ヨガ 温度 ■ ■ ■ MIKI
13:00	
13:30(30) ZUMBA 温度 □ □ □ KANA	
14:00	
14:15 (45) 協栄シェイプボクシング 温度 □ □ □ KANA	
15:00	
15:15(30) ボディパンプ 温度 □ □ □ MEGUMI	
16:00	
16:05(60) リラックスヨガ 温度 ■ ■ □ MEGUMI	
17:00	
18:00	<p>今回は、 オリジナルピラティス 45分 協栄シェイプボクシング 45分 リラックスヨガ 60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。