

4月30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(60) リンパ調整ヨガ 温度■■■ MIKI
13:00	
13:30	13:30(30) シェイプステップ 温度□□□ MIKI&SHIORI
14:00	
14:15	14:15(45) ボディパンプ 温度□□□ MEGUMI
15:00	
15:15	15:15(30) 美人の背中 温度■□□ SHIORI
16:00	16:00(60) 骨盤調整ヨガ 温度■■■□ MEGUMI
17:00	
18:00	<p>今回は、 オリジナルピラティス 45分 シェイプステップ 30分 骨盤調整ヨガ 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。