

7月16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) 骨盤調整ヨガ 温度■■□ MIKI
13:00	13:20(30) シェイプステップ 温度□□□ MIKI&SHIORI
14:00	14:10(45) ボディパンプ 温度□□□ MEGUMI
15:00	15:15(30) 美人の背中 温度■□□ SHIORI
16:00	16:00(60) リンパ調整ヨガ 温度■□□ MEGUMI
17:00	
18:00	今回は、 <u>シェイプステップ 30分</u> <u>ボディパンプ 45分</u> <u>リンパ調整ヨガ 60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。
19:00	
20:00	

営業時間は 10:00~20:00 となります。