

9月17日(月) スタジオ特別プログラム

	Detox Studio
10:00	
11:00	11:00(45) リズムピラティス 温度■■■□ MIKI
12:00	12:00(60) タイ式ヨガ 温度■■■□ MIKI
13:00	
14:00	13:30(45) メガダンス 温度□□□ HIROKO
15:00	14:30(45) ファイドウ 温度□□□ HIROKO
16:00	15:30(30) ストレッチポール(定員20名) 温度■□□ SEIYA
17:00	16:15(60) リラックスヨガ 温度■■■□ MAYO
18:00	今回は、 メガダンス 45分 ファイドウ 45分 リラックスヨガ 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。
19:00	
20:00	

営業時間は 10:00~20:00 となります。