

Fitness Relaxation 然 スタジオスケジュール

3月20日(木) 春分の日

	A	B	C	HISARO/プール
				★10名限定★
10:30	サルセッション60 10:30~11:30 奈実	リラックスヨガ50 10:30~11:20 柴田 悦子 🍀	ピラティス 10:50~11:35 青木 一二枝 🍀	書の部屋 毛筆教室 10:20~11:20
11:30				
12:00	CHOREOLOGY 12:00~12:45 奈実	機能改善ヨガ50 11:45~12:35 柴田 悦子 🍀		
13:00	ピラティス&ストレッチ 13:00~13:45 TOMOMI	パレトン45 13:00~13:45 若松 宏美 🍀		★10名限定★ 書の部屋 硬筆教室 13:00~14:00
14:00		美尻・美姿勢トレ45 14:00~14:45 若松 宏美 🍀		清英 (せいふ) 書道技術を軸にした 綺麗な字を書くクラス ★セミパーソナル書道★
14:30	LES MILLS BODYCOMBAT45 14:10~14:55 TOMOMI 🔥			
15:00		ダンスエアロ初級 15:00~15:30 若松 宏美 🍀		
15:30				
16:00				
16:30	<div data-bbox="430 1093 1257 1236" data-label="Text"> <p>祝日営業の為 <u>20:00</u>までとなります。</p> </div>			
17:00				
17:30				
18:00	<div data-bbox="494 1317 885 1585" data-label="Image"> </div>			
18:30				
19:00				
19:30				
20:00				
20:30				
21:00				
21:30				
22:00				
22:30				

閉館時間 20:00

Fitness Relaxation 然

