

7月21日（月） 海の日

祝日プログラム

10:30-11:00

ストレッチ

やまぐち

11:20-12:05

ボディパンプ45

よこた

12:25-12:55

初級エアロ

まえにし

13:15-13:45

ボディバランス30

やまぐち

14:05-14:35

ボディコンバット30

しみず

スタジオレッスンは各クラスで抽選を行います。定員は18名です。

ボディパンプ45のみ定員15名です。

レッスン20分前より抽選券を配布、10分前に抽選を行います。

時間に余裕を持ってお越しください。