

11月3日（月）文化の日

祝日プログラム

10:30-11:00

ストレッチ

やまぐち

11:20-11:50

ボディパンプ30

よこた

12:10-12:40

ボディバランス30

やまぐち

13:00-13:30

コアクロス

わだ

13:50-14:35

ボディコンバット45

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30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。