

スタジオ A 教室休講 & 変更のお知らせ

8月7日(水)

レインボー体操

13:45~15:00 休講

かんたんエアロ

15:15~16:15 休講

8月10日(土)

初めてトレーニング

14:30~15:30 ⇒ 11日へ移動

8月11日(日)

初めてトレーニング

10:45~11:45 開催 10日から移動

ポール&ストレッチ 90

10:45~12:15 休講

サーキットトレーニング 90

13:30~15:00 休講

8月12日(月・祝)

サーキットトレーニング 90

19:00~20:30 休講

8月14日(水)

レインボー体操

13:45~15:00 休講

かんたんエアロ

15:15~16:15 休講

8月15日(木)

ポール&ストレッチ 90

19:00~20:30 休講