

7月夜のスタジオレッスン

▶7/3(金) 19:30~20:15

エアロビクス 泉 (15名)

▶7/13(月) 19:30~20:15

HOTストレッチ&ヨガ

⇒ZUMBA® 田畑 (15名)

▶7/17(金) 19:30~20:00

サーキットトレーニング 岩田 (10名)

▶7/27(月) 19:30~20:15

HOTストレッチ&ヨガ

⇒ZUMBA® 田畑 (15名)

※(月)と(金)曜日のお間違えにご注意ください。

開始1時間前に予約カードを設置いたします。

上記以外の夜のスタジオレッスンは7月のプログラム通りになります。