

2月 スタジオレッスン案内



月	11:00~11:45	やさしいヨガ	【Satoko】	毎週
	15:00~15:45	はずんでボールピクス	【mana/fusa/mayu】	5日 19日
	15:00~15:45	こしらくピラティス	【木村】	26日
	18:15~19:00	ポルトブラ	【名塚】	毎週

火	10:30~11:00	ストレッチなでしこ	【喜多】	毎週
---	-------------	-----------	------	----

水	10:45~11:30	ピラティス	【KEI】	毎週
	15:00~15:45	うおーきんぐエアロ	【あやこ】	毎週
	18:45~19:30	ゴルフコンディショニング	【マリ】	毎週

木	10:30~11:15	ゴルフコンディショニング	【マリ】	1日 8日
---	-------------	--------------	------	-------

金	9:45~10:15	ストレッチなでしこ	【喜多】	毎週
	11:00~11:45	やさしいヨガ	【Satoko】	毎週
	15:00~15:45	かんせつコンディショニング	【マリ】	毎週

土	10:30~11:15	やさしいヨガ	【Satoko】	3日 17日
---	-------------	--------	----------	--------

2月12日、15日、22日、23日は休館日とさせていただきます。