

5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】	20日
	15:00~15:45	こしらくピラティス	【木村】	13日 27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】	9日 30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】	18日
---	-------------	--------	----------	-----

5月2日~6日、16日、23日は休館日とさせていただきます。