

8月スタジオレッスンのご案内

金曜日 / 18:30~19:15

日曜日 / 13:30~14:30

7日

脂肪燃焼
ヨガ

インストラクター 伊藤

2日

リフレッシュ
ヨガ

インストラクター 伊藤

21日

リフレッシュ
ヨガ

インストラクター 伊藤

9日

背骨
コンディショニング

インストラクター 菅

28日

脂肪燃焼
ヨガ

インストラクター 伊藤

23日

コンディショニング
アップ

インストラクター 櫻井

30日

ヨガ

インストラクター 島谷

皆様のご参加お待ちしております！