

11月週替わり特別レッスン

毎週日曜日 / 13:30 ~ 14:30

1日

コンディショニングアップ

インストラクター 櫻井

8日

背骨コンディショニング

インストラクター 菅

15日

ZUMBA®

インストラクター 片桐

22日

リフレッシュヨガ

インストラクター 伊藤

29日

ピラティス

インストラクター 鈴木(裕)

皆様のご参加お待ちしております