

# 3月 週替わりプログラム

日曜日 / 13:30~14:30

3日 ヨガ  
インストラクター 森

10日 リフレッシュヨガ  
インストラクター 伊藤

17日 アクティブヨガ  
インストラクター 大久保

24日 コンディショニング  
アップ  
インストラクター 櫻井

31日 パンブサーキット45  
インストラクター 本田

木曜日 / 19:45~20:30

7日 脂肪燃焼ヨガ  
インストラクター 伊藤

14日 リフレッシュヨガ  
インストラクター 伊藤

28日 脂肪燃焼ヨガ  
インストラクター 伊藤

皆様のご参加  
お待ちしております！