

日曜日週替わりレッスン予定表

12月9日	12月16日
10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60(宮下) 2F寝ころび処	10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60(宮下) 2F寝ころび処
12:00~12:45 ZUMBA 45(松井)	12:00~12:45 エンジョイエアロ 45(南波)
13:00~13:45 BODYJAM 45(松井)	13:00~13:45 RITMOS 45(南波)
14:30~15:15 UBOUND 45(長橋)	14:30~15:15 UBOUND 45(長橋)
15:30~16:10 ピラティス 40(村山)	15:30~16:10 BAILABAILA 40(村山)

※朝ヨガは会員様と岩盤浴ご利用のお客様以外は別途300円頂きます。