

# 日曜日・祝日レッスン予定表

1月13日	1月14日
10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60(宮下) 2F寝ころび処	11:30~12:00 ダンベル&コアトレ 30(青木)
11:50~12:50 シェイプボクシング 60(宮下)	12:15~12:45 UBOUND 30(長橋)
13:05~14:05 BAILA BAILA 60(宮澤)	13:00~13:45 BODYCOMBAT 45(小林)
14:20~15:20 ウェーブリング 60(若月)	14:00~14:45 BODYBALANCE 45(小林)

※朝ヨガ参加の方はフロントで整理券をお受け取り下さい。

※朝ヨガのみのご利用は出来ませんのでご了承ください。

(岩盤浴ご利用のお客様は別途300円頂きます。)