



4月 日曜・祝日レッスン

葵の森店

2日(日)

「スタジオ」

11:00~(45)
ヨガ45
大路 仁香

12:00~(45)
UBOUND
小澤

13:00~(45)
FIGHT DO
RADICAL FITNESS
杉山 健

14:00~(45)
ZUMBA
杉山 健

15:00~(45)
スローリンパドレナージュ
清水 美衣

16:00~(45)
スローヨガ
清水 美衣

9日(日)

「スタジオ」

11:00~(45)
バイリンガルヨガ
野口 藤菜

12:00~(45)
UBOUND
小澤

13:00~(45)
FIGHT DO
RADICAL FITNESS
杉山 健

14:00~(45)
ZUMBA
杉山 健

15:00~(45)
ピラティス45
平岩 優子

16:00~(45)
スローリンパドレナージュ
平岩 優子

16日(日)

「スタジオ」

11:00~(45)
ヨガ45
YURI

12:00~(45)
UBOUND
小澤

13:00~(45)
FIGHT DO
RADICAL FITNESS
杉山 健

14:00~(45)
ZUMBA
杉山 健

15:00~(45)
ベーシックステップ45
大原 知子

16:00~(45)
ポティコンティショニング
大原 知子

23日(日)

「スタジオ」

11:00~(45)
ヨガ45
Tomomi

12:00~(45)
UBOUND
小澤

13:00~(45)
エキサイトボクシング
小林 涼

14:00~(45)
全身シェイプ
小林 涼

15:00~(45)
ベーシックエアロ45
HARUKO

16:00~(45)
ベーシックステップ45
HARUKO

29日(土・祝)

「スタジオ」

11:00~(45)
ピラティス45
伊藤 エミ

12:00~(45)
UBOUND
小澤

13:00~(45)
ベーシックエアロ45
小澤 文也

14:00~(45)
スローリンパドレナージュ
小澤 文也

15:00~(45)
初中級エアロ45
SAYAKA

16:00~(45)
ZUMBA
SAYAKA

30日(日)

「スタジオ」

11:00~(45)
ヨガ45
大路 仁香

12:00~(45)
UBOUND
小澤

13:00~(45)
FIGHT DO
RADICAL FITNESS
杉山 健

14:00~(45)
ZUMBA
杉山 健

15:00~(45)
ベーシックステップ45
大原 知子

16:00~(45)
ポティコンティショニング
大原 知子