

8月6日(土) レッスン予定表

スタジオレッスン

- ・10:30~11:20.....朝ヨガ 50 (宮下)
- ・11:30~12:20.....ハワイアンフラ 50 (宮澤)
- ・12:35~13:35.....ボディバランス 60 (原山)
- ・13:45~14:15.....ボディコンバット 30 (倉島)

フルレッスン

- ・10:30~11:15.....健康ウォーキング (山本)
- ・11:25~11:55.....マッスルアクア (原山)