

バラエティ・ウィークリーレッスンH26. 6月

※流水マッサージは
有料となります

※スタジオ2のレッスンは
全て当日予約制となります



詳しくはフロントにてお問
合わせください

 はプールレッスンとなります

水曜日

15:10～		
4日	サーキットトレーニング	田村
11日	ウエストシェイプ	柘植
18日	ホ・ディコンデショニング	鑄山
25日	サーキットトレーニング	田村

18:15～		
6日	バランスボール	木村
13日	ボディコンディショニング	鑄山
20日	初めてのラテンダンス	山口
27日	青竹エクササイズ	木村

日曜日

14:00～		
1日	ヨガ	由良
8日	ヴィンヤサヨガ	太田
15日	ヨガ	内海
22日	エアロビクスMiddle	山内
29日	ダイエットウォーキング	山田