

6月 日曜レッスン担当者

スタジオ	時間	レッスン	2日	9日	16日	23日	30日
A	10:30~	週変わり レッスン	ボディ メンテナンス45 多賀IR	パンプ30 西村IR	ボディ メンテナンス45 小杉IR	メイクヨガ45 清家IR	ストレッチポール で姿勢改善45 新出IR
	11:45~	週変わり レッスン	エアロ50 多賀IR	エアロ45 西村IR	ステップ45 小杉IR	ステップ40 清家IR	ステップ45 新出IR
	13:00~	週変わり レッスン	ステップ40 多賀IR	太極拳 たかさかIR	マット サイエンス60 小杉IR	エアロ50 清家IR	エアロ50 新出IR
	14:15~	特別枠 レッスン		ピラティス60 村上IR			
B	15:00~	ホットヨガ45 動(ドウ)	上野IR	上野IR	上野IR	上野IR	上野IR

※「Aスタジオ」定員20名 / ステップ・ボディパンプ・太極拳は定員14名 「Bスタジオ」定員13名

日曜日のスケジュールはア・ミューフィットネスクラブホームページにアクセス!!

【URL】<https://a-mieux-fitness.com>



← ホームページは
こちらから