

# 9月 日曜レッスン担当者

スタジオ	時間	レッスン	1日	8日	15日	22日	29日
A	10:30~	週変わり レッスン 	<b>休館日</b>	エアロ30 西村IR 	ボディ メンテナンス 45 小杉IR 	ボディ メンテナンス 45 多賀IR 	ポルドブラ 45 清家IR 
	11:45~	週変わり レッスン		エアロ45 西村IR	ステップ45 小杉IR	エアロ50 多賀IR	ステップ40 清家IR 
	13:00~	週変わり レッスン		太極拳  たかさかIR	マット サイエンス 60 小杉IR 	ステップ40 多賀IR 	エアロ50 清家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

※「Aスタジオ」定員20名 / ステップ・ボディパンプ:定員14名/太極拳:17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