

10月 日曜レッスンスン担当者

スタジオ	時間	レッスン	6日	13日	20日	27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♥	メイクヨガ45 清家IR♥	ボディ メンテナンス45 小杉IR♥	エアロ30 西村IR♥
	11:45~	週変わり レッスン	エアロ50 多賀IR	ステップ40 清家IR♥	ステップ45 小杉IR	エアロ45 西村IR
	13:00~	週変わり レッスン	ステップ40 多賀IR♥	エアロ50 清家IR	マットサイエンス 60 小杉IR♥	太極拳♥ たかさかIR
	14:10~	特別枠 レッスン		ピラティス50 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

※「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