

8月 日曜レッスン担当者

スタジオ	時 間	レッスン	3日	10日	17日	24日	31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 	ピラティス 45 高堂IR 	ボディ メンテナンス 45 小杉IR 	メイクヨガ 45 清家IR 	休 館
	11:45~	週変わり レッスン	エアロ50 多賀IR	エアロ50 高堂IR	ステップ50 小杉IR	エアロ40 清家IR 	
	13:00~	週変わり レッスン	ステップ40 多賀IR 	ステップ50 西村IR	マットサイエンス 60 小杉IR 	太極拳 たかさかIR	
B	14:15~	ホットヨガ45 静(セイ)	上野IR	上野IR	上野IR	上野IR	日

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

日曜日のスケジュールはア・ミューフ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