

11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 	メイクヨガ45 清家IR 	ボディ メンテナンス45 小杉IR 	リフレッシュヨガ 45 松岡IR 	メイクヨガ45 清家IR 
	11:45~	週変わり レッスン	エアロ50 多賀IR	エアロ40 清家IR 	ステップ50 小杉IR	ボディパンプ 45 西村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 	ピラティス 45 上野IR 	マットサイエンス 60 小杉IR 	ステップ50 西村IR	太極拳  たかさかIR
B	14:15~	ホットヨガ45 	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