

# 3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 	ピラティス60 村上IR 	メイクヨガ45 清家IR 	ボディ メンテナンス45 小杉IR 	ピラティス60 村上IR 	メイクヨガ45 清家IR 
	11:45~	週変わり レッスン 	ステップ40 西村IR 	ポルドブラ 45 清家IR 	ステップ50 小杉IR 	ステップ40 西村IR 	エアロ40 清家IR 
	13:00~	週変わり レッスン 	ボディパンプ 45 西村IR 	エアロ40 清家IR 	マットサイエンス 60 小杉IR 	ボディパンプ 45 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