

7月 日曜レッスン担当者

スタジオ	時 間	レッスン	5日	12日	19日	26日
A	10:30~	週変わり レッスン 	リフレッシュヨガ 60 松岡IR 	メイクヨガ45 清家IR 	ボディ メンテナンス45 小杉IR 	メイクヨガ45 清家IR 
	11:45~	週変わり レッスン	パンプ45 西村IR	エアロ40 清家IR 	ステップ50 小杉IR	ポルドブラ45 清家IR 
	13:00~	週変わり レッスン	ステップ50 西村IR	ピラティス50 村上IR 	ピラティス60 上野IR 	太極拳60  たかさかIR
B	14:15~	週変わり レッスン 	ハタヨガ50 今井IR 	ショートヨガ50 池田IR 	ハタヨガ50 今井IR 	ピラティス60 宮本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