

10月 日曜レッスン担当者

スタジオ	時 間	レッスン	4日	11日	18日	25日
A	10:30~	週変わり レッスン 	太極拳  たかさかIR	メイクヨガ45 清家IR 	メイクヨガ45 清家IR 	リフレッシュヨガ 50 松岡IR 
	11:45~	週変わり レッスン	ボディパンプ 45 西村IR	ポルドブラ45 清家IR 	ポルドブラ45 清家IR 	マーシャル アタック50 新出IR 
	13:00~	週変わり レッスン	ステップ50 西村IR 	エアロ40 清家IR 	エアロ40 清家IR 	エアロ50 新出IR
A B	14:15~	週変わり レッスン 	Aスタジオ ピラティス60 宮本IR 	Aスタジオ ピラティス60 宮本IR 	Bスタジオ ホットヨガ45 池田IR 	Aスタジオ ピラティス60 村上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