



GWスタジオプログラムのお知らせ

LesMillsDANCEの体験会
ジョイントZUMBA®開催します！！


5/2 [土] - 5/6 [水]



5/2(土)～5/6(日)



Studio
ぷらすあるふぁ

5/2(土)	5/3(日)	5/4(月)	5/5(火)	5/6(水)
10:00～10:45 LES MILLS BODYCOMBAT まや	10:15～11:15  ZUMBA KOKI	11:30～12:15 LES MILLS DANCE 篠原	9:00～12:00 スポーツ吹矢 はりまや支部	11:15～12:00 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや
11:00～11:35 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 30 まや	11:35～12:35 LES MILLS BODYJAM テック +45 KOKI	12:30～13:45 LES MILLS BODYJAM テック付き 篠原・KOKI	12:10～12:55 LES MILLS BODYATTACK 45 西内	12:15～13:15 LES MILLS BODYPUMP まや
15:00～16:00  ZUMBA gold KOKI	12:50～13:20 ストレッチ KOKI	14:00～15:00 LES MILLS BODYCOMBAT まや	13:15～14:00 KPOP DANCE MEGU	13:30～14:30 LES MILLS BODYCOMBAT まや
16:10～16:40 PILATES KOKI	13:45～14:45 LES MILLS BODYATTACK 西内	15:15～16:15 LES MILLS BODYPUMP HEAVY まや	14:15～15:15  ZUMBA 承認No:37823 KOKI&MEGU	
18:30～19:15 KPOP DANCE MEGU	15:00～15:45 ステップエクササイズ 西内	16:30～17:15 LES MILLS BODYBALANCE 45 まや	15:30～16:30 LES MILLS BODYJAM KOKI	