

【木曜日】19:15～20:15

(For Women) (メインIR)

7日 ⇒ FUN2 (Yuko)



14日 ⇒ FUN3 (Chinatsu)



21日 ⇒ OPEN (Yuko)



28日 ⇒ FUN1 (Yuko)



【木曜日】20:30～21:30

(メインIR)

7日 ⇒ FUN3 (Chinatsu)



14日 ⇒ OPEN (Yuko)



21日 ⇒ FUN1 (Chinatsu)



28日 ⇒ FUN2 (Chinatsu)



【金曜日】19:15～20:15

(For Women) (メインIR)

1日 ⇒ FUN2 (MARY)



8日 ⇒ FUN3 (MANA)



15日 ⇒ OPEN (MARY)



22日 ⇒ FUN1 (MARY)



29日 ⇒ FUN2 (MANA)



【金曜日】20:30～21:30

(メインIR)

1日 ⇒ FUN3 (MANA)



8日 ⇒ OPEN (MARY)



15日 ⇒ FUN1 (MANA)



22日 ⇒ FUN2 (MANA)



29日 ⇒ FUN3 (MARY)



※週替わりのクラスは木曜日、金曜日のみとなります。
※担当者の代行は代行掲示をご確認ください。

～クラスレベル～

Rest

FUN1

FUN2 (FUN1に参加した事のある方が対象です)

FUN3 (FUN2に参加した事のある方が対象です)

OPEN (FUN3に参加した事のある方が対象です)

BEAUTY

美しい姿勢・所作・カラダの引き締め

RELAX

筋肉をほぐす、自分の内側を見つめる

HEALTH

運動不足解消、リンパマッサージ、血流改善

FUN

日常では味わえない心地よさ

ANTIGRAVITY
is FUN!

