

【木曜日】19:15~20:15

(For Women) (メインIR)

3日 ⇒ FUN1 (Yuko) 
 10日 ⇒ FUN2 (Yuko) 
 17日 ⇒ FUN3 (Chinatsu) 
 24日 ⇒ OPEN (Yuko) 
 31日 ⇒ FUN1 (Yuko) 

【木曜日】20:30~21:30

(メインIR)

3日 ⇒ FUN2 (Chinatsu) 
 10日 ⇒ FUN3 (Chinatsu) 
 17日 ⇒ OPEN (Yuko) 
 24日 ⇒ FUN1 (Chinatsu) 
 31日 ⇒ FUN2 (Chinatsu) 

【金曜日】19:15~20:15

(For Women) (メインIR)

4日 ⇒ FUN2 (MARY) 
 11日 ⇒ FUN3 (MANA) 
 18日 ⇒ OPEN (MARY) 
 25日 ⇒ FUN1 (MANA) 

【金曜日】20:30~21:30

(メインIR)

4日 ⇒ FUN3 (MANA) 
 11日 ⇒ OPEN (MARY) 
 18日 ⇒ FUN1 (MANA) 
 25日 ⇒ FUN2 (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!

