

【木曜日】19:15～20:15

(For Women)

4日 ⇒ OPEN
11日 ⇒ FUN1
18日 ⇒ FUN2
25日 ⇒ FUN3

【木曜日】20:30～21:30

4日 ⇒ FUN1
11日 ⇒ FUN2
18日 ⇒ FUN3
25日 ⇒ OPEN

【金曜日】19:15～20:15

(For Women)

5日 ⇒ FUN1
12日 ⇒ FUN2
19日 ⇒ FUN3
26日 ⇒ OPEN

【金曜日】20:30～21:30

5日 ⇒ FUN2
12日 ⇒ FUN3
19日 ⇒ OPEN
26日 ⇒ FUN1

※週替わりのクラスは木曜日、金曜日のみとなります。

～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!

