

10月レッスンスケジュール

【木曜日】19:25~20:10
(For Women) (メインIR)

1日 ⇒ FunMix (ASA)



8日 ⇒ OPEN (Yuna)



15日 ⇒ FunBasic (Yuna)



22日 ⇒ FunMix (ASA)



29日 ⇒ OPEN (Yuna)



【木曜日】20:30~21:15
(bメインIR)

1日 ⇒ OPEN (Yuna)



8日 ⇒ FunBasic (ASA)



15日 ⇒ FunMix (ASA)



22日 ⇒ OPEN (Yuna)



29日 ⇒ FunBasic (ASA)



【金曜日】19:25~20:10
(For Women) (メインIR)

2日 ⇒ FunBasic (MANA)



9日 ⇒ FunMix (MANA)



16日 ⇒ OPEN (MARY)



23日 ⇒ FunBasic (MARY)



30日 ⇒ FunMix (MANA)



【金曜日】20:30~21:15
(bメインIR)

2日 ⇒ FunMix (MARY)



9日 ⇒ OPEN (MARY)



18日 ⇒ FunBasic (MANA)



23日 ⇒ FunMix (MANA)



30日 ⇒ OPEN (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

Fun Basic

Fun Mix (Fun Basicに参加した事のある方が対象です)

OPEN (Fun Mixに参加した事のある方が対象です)

B E A U T Y

美しい姿勢・所作・カラダの引き締め

R E L A X

筋肉をほぐす、自分の内側を見つめる

H E A L T H

運動不足解消、リンパマッサージ、血流改善

F U N

日常では味わえない心地よさ

**ANTIGRAVITY
is FUN!**

