

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

(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

(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

FunBasic

FunMix (FunBasicに参加した事のある方が対象です)

OPEN (FunMix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!

