

【木曜日】19:15～20:15

(For Women) (メインIR)

5日 ⇒ FunBasic (Yuko) 

12日 ⇒ FunMix (Chinatsu) 

19日 ⇒ OPEN (Yuko) 

26日 ⇒ FunBasic (Chinatsu) 

【木曜日】20:30～21:30

(メインIR)

5日 ⇒ FunMix (Chinatsu) 

12日 ⇒ OPEN (Yuko) 

19日 ⇒ FunBasic (Chinatsu) 

26日 ⇒ FunMix (Yuko) 

【金曜日】19:15～20:15

(For Women) (メインIR)

6日 ⇒ FunMix (MANA) 

13日 ⇒ OPEN (MARY) 

27日 ⇒ FunBasic (MARY) 

【金曜日】20:30～21:30

(メインIR)

6日 ⇒ OPEN (MARY) 

13日 ⇒ FunBasic (MANA) 

27日 ⇒ FunMix (MANA) 

※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!

