

6月レッスンスケジュール

【木曜日】19:15～20:00

(For Women) (メインIR)

4日 ⇒ OPEN (Yuko)

11日 ⇒ FunBasic (yuko)

18日 ⇒ FunMix (Mayuko)

25日 ⇒ OPEN (Yuko)



【木曜日】20:30～21:15

(メインIR)

4日 ⇒ FunBasic (Mayuko)

11日 ⇒ FunMix (Mayuko)

18日 ⇒ OPEN (Yuko)

25日 ⇒ FunBasic (Mayuko)



【金曜日】19:15～20:00

(For Women) (メインIR)

5日 ⇒ OPEN (MARY)

12日 ⇒ FunBasic (MARY)

19日 ⇒ FunMix (MANA)

26日 ⇒ OPEN (MARY)



【金曜日】20:30～21:15

(メインIR)

5日 ⇒ FunBasic (MANA)

12日 ⇒ FunMix (MANA)

19日 ⇒ OPEN (MARY)

26日 ⇒ FunBasic (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。

※6月より45分間の実施とさせていただきます。

～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!

