

2026年2月 スタジオレッスン情報



かんたんエアロ

担当 佐藤

【定員20名】

2/ 2(月) 11:15-12:00

2/ 9(月) 11:15-12:00

2/16(月) 11:15-12:00

2/23(月) 11:15-12:00



かんたんヨガ

担当 今野

【定員16名】

2/ 6(金) 11:15-12:00

2/13(金) 11:15-12:00

2/20(金) 11:15-12:00

2/27(金) 11:15-12:00

持ち物

タオル、上履き、運動着、飲み物、ヨガマット

2026年3月のレッスン情報は2月20日(金)にお知らせします。