

7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】

7/ 7(月) 11:30-12:15

7/14(月) 11:30-12:15

7/28(月) 11:15-12:00



かんたんヨガ

担当 今野

【定員16名】

7/ 4(金) 11:15-12:00

7/11(金) 11:30-12:15

7/18(金) 11:30-12:15

7/25(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

2025年8月のレッスン情報は7月20日(日)にお知らせします。