

祝日特別プログラム 2025年 8 月 11 日(月)

11:00-12:00 美ボディトレーニング (AKEMI)

12:15-13:15 ヨ ガ (ARIKO)

13:30-14:20 シェイプステップ (上野谷)

14:35-15:25 ZUMBA (AYUMI)

15:40-16:40 バレトン (YUKARI)

16:55-17:55 セラピーヨガ (MICHIE)

※営業時間は20:00 迄となります。

※デイ、シニアデイ、ナイト会員の方は、¥1100 で終日ご利用いただけます。