

USHIKU IBARAKI

スタジオスケジュール
STUDIO SCHEDULE

12/30（火）

12/30（火）、特別レッスンとなります。

	時間	担当	内容	定員	ご予約
①	10:00 ~ 11:00	荒井	ストレッチポールでコアコンディショニング	10	フロント
②	11:15 ~ 12:15	荒井	荒井式 ボディメイク	—	—
③	12:30 ~ 13:30	むらさき	脳ストレッチ	—	—
④	13:45 ~ 14:45	むらさき	ZUMBA	—	—
⑤	15:00 ~ 16:00	石塚	ライトエアロ&ストレッチ	—	—