

2月週替わりレッスンスケジュール

月曜日
11:45~12:30
週替わりバレトン

2日
黒羽 IR
9日
西岡 IR
16日
黒羽 IR
23日
祝日スケジュール

水曜日(佐竹IR)
12:30~13:15
週替わりレズミルズ

4日
BODYPUMP45
11日
祝日スケジュール
18日
BODYATTACK45
25日
BODYBALANCE45

金曜日
12:00~12:45
週替わりレズミルズ

6日
BODYCOMBAT Masa IR
13日
LesmillsDance SANA IR
20日
BODYCOMBAT Masa IR
27日
LesmillsDance SANA IR

土曜日
14:45~15:45
【藤澤 IR】
14:45~15:30
【後藤 IR】

7日
煌伎匠 藤澤 IR
14日
BODYPUMPHEAVY45 後藤 IR
21日
煌伎匠 藤澤 IR
28日
BODYPUMPHEAVY45 後藤 IR

日曜日(佐竹IR)
12:15~12:45
LesmillsGRIT

1日
STRENGTH
8日
CARDIO
15日
STRENGTH
22日
ATHLETIC

月曜日(佐竹IR)
20:30~21:00
週替わりレズミルズ

2日
BODYPUMPHEAVY30
9日
BODYATTACK30
16日
BODYPUMPHEAVY30
23日
祝日スケジュール

水曜日(青木IR)
13:30~14:30
週替わりレッスン

4日
ZUMBA
11日
祝日スケジュール
18日
Dance Fit
25日
Dance Fit

金曜日
19:15~20:15
【青木 IR】

6日
FitHop60 青木 IR
20日
FitHop60 青木 IR

日曜日
16:15~17:00
週替わりレッスン

1日
ヨガ YUU IR
8日
BODYJAM yuichi IR
15日
ヨガ YUU IR
22日
BODYJAM yuichi IR