

週替わりレッスン8月

金曜日 14:40~15:10

※週によって内容が変わりますので、ご確認の上ご参加ください。

8月	2日(金)	LES MILLS BODYATTACK	荻田 早希
8月	9日(金)	WOW! HIP	南部 亜由美
8月	16日(金)	LES MILLS BODYCOMBAT	荻田 早希
8月	23日(金)	LES MILLS GRIT カーティオ	櫛田 秀康
8月	30日(金)	LES MILLS BODYPUMP	南部 亜由美



初心者の方も、慣れている方も
大歓迎です☆。
皆様のご参加、心よりお待ちしております♪