

月曜週変わりレッスン

12月11日(月)

ファイティングボクシング&ちびボールEX 担当 合津

※小休憩を挟み各30分ずつ行っていきます。

12月18日(月)

ラテンエアロ

担当 岡崎

12月25日(月)

ボディーストレッチヨガ

担当 谷内

毎週月曜日12:45~13:45 トレーニングパーク・スタジオ