fitness gym Vace1

スタジオレッスン代行のお知らせ

月日	場所	通常		変更内容
3/16 月	スタジオ	9：30～10：15 体幹トレーニング saori	➡	9：30～10：15 体幹ヨガライト 大平寛子
3/20 金		11：30～12：30 自力整体 長宗裕美		11：30～12：30 ストレッチポールピラティス Reiko
3/20 金		12：45～13：30 かんたんエアロ＆ストレッチ 高松裕美		12：45～13：30 Group groove Vace1スタッフ
	スタジオ		➡	

fitness gym Vace1

ＨＯＴレッスン代行のお知らせ

月日	場所	通常		変更内容
3/16 月	ホット スタジオ	10：35～11：20 ピラティス saori	➡	10：35～11：20 デトックスヨガ 大平寛子
3/29 日		13：15～14：00 デトックスヨガ KAORI		13：15～14：00 デトックスヨガ 大平寛子
3/29 日		14：30～15：15 リラックスヨガ KAORI		14：30～15：15 リラックスヨガ 大平寛子
	ホット スタジオ		➡	