

祝日スタジオレッスン  
11月23日(月)

コンディショニングストレッチ  
11:00～11:45  
鴨田インストラクター

エンジョイエアロ  
12:30～13:30  
鴨田インストラクター

ピラティス60  
16:00～17:00  
安孫子インストラクター