

祝日スタジオフィロプログラム

11月23日(祝・月)

10:30~11:30/60分

ポールコンディショニング

定員/12名

11月16日(月)から予約開始です。櫻井

13:00~14:00/60分

ラテンエクスプレスコンサルサ®

定員/30名

山口

14:30~15:30/60分

エンジヨイエアロ

定員/30名

+最強のプランクトレーニング+ストレッチ付き 伊藤

16:00~17:00/60分

ピラティスヨガ

定員/25名

法身