

2月もMOSSAが熱い!

2月12日(月)	
スタジオ1	スタジオ2
9:30 気功太極拳	9:30
10:00 矢田 〈定期〉	10:00 ヨガ アユミ 10:00~10:50
10:30	10:30
11:00 初めてのバレエ アユミ 11:10~12:10	11:00 カラダメンテ KENTA 11:05~12:05
11:30	11:30
12:00	12:00
12:30 ヴォーカリズム 御手洗 12:30~13:30	12:30 骨盤矯正ストレッチ 影山 12:30~13:30
13:00	13:00
13:30	13:30
14:00 ZUMBA 影山 13:45~15:00	14:00
14:30	14:30 グループパワー(テクニック) TAKAHIRO 14:30~15:00
15:00	15:00 グループパワー KAJI×TAKAHIRO 15:15~16:15
15:30	15:30
16:00	16:00 グループファイト KAJI×YOSHIKI×TAKAHIRO 16:35~17:35
16:30	16:30
17:00	17:00
17:30	17:30
18:30	18:30

券 …イベントレッスン
券 …初心者向のレッスンです。
券 …レッスン開始30分前より、指定場所にて整理券を配布致します。



今月もMOSSA!

グループパワー(テクニック)

14:30~15:00

パワーで使用するフォームを
学んでその後のパワーに
参加しよう!

グループパワー

15:15~16:15

今月も

KAJI×TAKAHIROのコラボ!

グループファイト

16:35~17:35

ゴリゴリの男3人が
熱いレッスンをお届けします!

11:45~13:00

