

8月の週代わりレッスン

① 7日14:00~14:45 **①**
⇒はじめてエアロ&筋コンディショニング
安賀

② 14日14:00~14:45 **②**
⇒エアロウォーク 上嶋

③ 21日14:00~14:45 **③**
⇒ハワイアンフラ 中島

④ 28日14:00~14:45 **④**
⇒美ボディエクササイズ Rika