

☆☆グループレッスンのご案内☆☆

《金曜》 毎週
19:00~19:30 リリース 30
19:45~20:30 トレーニング 45

《土曜》 毎週
16:00~16:30 リリース 30
16:45~17:30 トレーニング 45

～ 8月 August～

《 胸を広げる 》

8/4 (金) 19:00~リリース 30/19:45~トレーニング 45

8/5 (土) 16:00~リリース 30/16:45~トレーニング 45

8/11 (金) 19:00~リリース 30/19:45~トレーニング 45

8/12 (土) 16:00~リリース 30/16:45~トレーニング 45

8/18 (金) 19:00~リリース 30/19:45~トレーニング 45

8/25 (金) 19:00~リリース 30/19:45~トレーニング 45

8/26 (土) 16:00~リリース 30/16:45~トレーニング 45

※8/19 (土) は都合により休講とさせていただきます。