

GW SPECIAL LESSON 4/29 (火)、5/3 (土) ~5/6 (火)

- ・全レッスン、完全予約制です。
- ・レッスン予約サイトにてご予約をお願いいたします。
- ・無断キャンセルの場合、チケットまたは月会費1回分消化となります。
レッスン開始30分前までにキャンセルをお願いいたします。

4月分 3/25 (火) 22時～
5月分 4/25 (金) 22時～



予約サイト

4月29日		5月3日		5月4日		5月5日		5月6日	
TUESDAY		SATURDAY		SUNDAY		MONDAY		TUESDAY	
定員15名		定員15名		定員15名		定員15名		定員15名	
10:00 DOOR OPEN		10:00 DOOR OPEN		10:00 DOOR OPEN		10:00 DOOR OPEN		10:00 DOOR OPEN	
Special 10:30~11:30 bion ストレッチボールで 体幹トレーニング& ストレッチ MISAKI		Special 10:30~11:30 bion YOGA リンパ CHIE		Special 10:30~11:30 bion 気分爽快 リフレッシュYOGA CHIE		Special 10:30~11:30 bion じっくり系 パワーヨガ MIYAKO		Special 10:30~11:30 bion ストレッチボールで 体幹トレーニング& ストレッチ MISAKI	
12:00~13:00 bion YOGA 骨盤調整 MISAKI		Special 12:00~13:00 bion バランス ボディメイク エクササイズ CHIE		Special 12:00~13:00 bion 全身鍛える ボディメイクヨガ CHIE		Special 美温×エステ 12:00~13:00 bion 女性ホルモン 活性化YOGA FUMI		12:00~13:00 bion YOGA 骨盤調整 MISAKI	
Special 13:30~14:30 bion ウエスト周り 引き締めPILATES Chihiro		Special 13:30~14:30 bion よくばり ビューティYOGA 【期間限定プログラム】 ETSUKO		13:30~14:30 bion YOGA 美脚&美尻 ETSUKO		美温×エステ 13:30~14:30 bion YOGA リンパ CHIAKI		13:30~14:30 富士の溶岩deごろん	
15:00~16:00 富士の溶岩deごろん		Special 15:00~16:00 bion 腸活YOGA ETSUKO		Special 15:00~16:00 bion ウェーブリング& 筋膜リリース SAORI		15:00~16:00 富士の溶岩deごろん		15:00~16:00 富士の溶岩deごろん	
16:30~17:30 bion 筋膜リリース KAHO		Special 16:30~17:30 bion 春の整えYOGA KEIKO		16:30~17:30 富士の溶岩deごろん		美温×エステ 16:30~17:30 bion リセット& FRP (ファンクショナル ローラーピラティス) ETSUKO		Special 16:30~17:30 bion リセット& FRP (ファンクショナル ローラーピラティス) ETSUKO	
20:00 DOOR CLOSE		20:00 DOOR CLOSE		20:00 DOOR CLOSE		20:00 DOOR CLOSE		20:00 DOOR CLOSE	