

1月



Variation class

(土) 12:30 ~ 13:30

1/4

ストレッチ&リセット
MARIE

1/11

YOGAベーシック
MARIKO

1/18

肩こり首こりスツキリヨガ
Machiko

1/25

YOGAベーシック
MARIKO

(水)

14:15 ~ 15:15

MAKI

1/8

bion de ダイエット

1/15

ストレッチ&ビューティ

1/22

bion de ダイエット

1/29

ストレッチ&ビューティ