

月11日
祝日



LESSON SCHEDULE

10:30-
11:30

bion ダンベルdeエクササイズ
前田 ひろみ

12:00-
13:00

bion de KaQiLa
三好 りさ

13:30-
14:30

bion 開運YOGA
山村 みちる

15:00-
16:00

bion ストレッチポールPILATES
松本 みちえ

16:30-
17:30

bion コンディショニング(ストレッチ)
松本 みちえ

