

2026年7月29日(水)

特別レッスンスケジュール

3階スタジオは9：00～17：00まで
空調工事のためご利用いただけません。
17：40以降のレッスンは通常通り実施予定です。

1階スタジオ

10：30

～

11：10

フットキュアコンディショニング
みさとIR

11：25

～

12：05

ストレジ

大川IR

12：20

～

13：00

機能改善トレーニング

安楽IR

13：15

～

13：55

姿勢改善ヨガ

坂元(紀)IR

14：10

～

14：50

フットキュアコンディショニング
みさとIR

15：05

～

15：45

はじめようふあんトレ

竹内(成)IR