

カルドグラン美加圧 Bodyシェイプ スケジュール 2月

月	火	水	木	金	土	日
美尻★★★ 20:00~20:30 石原	美コア★ 19:00~19:30 西島	美トレ★★★ 19:00~19:30 磯邊	美トレ&ボクシング ★★ 12:30~13:00 磯邊	美コア★ 13:30~14:00 西島	美コア★ 19:00~19:30 原	美アクティブ ★★★ 10:00~10:30 望月
			ストレッチボール ★ 19:00~19:30 西島		週替わり 17:00~17:30 週替わり	美尻★★★ 14:30~15:00 常盤

- ・ご予約は会員様ページの「予約」ページよりお願ひいたします。
 - ・予約レッスンを無断キャンセルされた場合は 1回消化となります。
 - ・翌月のレッスンは26日より予約が可能です。
 - ・木曜日のストレッチポールはベルトを巻かないクラスとなります。

營業時間

平日 9:00~22:30 土日祝 9:00~20:00
休館日 6日・16日・26日・月末最終日
※シューズは美トレ・美アクティブで必要です。