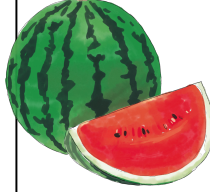


カルドグラン美加圧 Bodyシェイプ スケジュール 8月

月	火	水	木	金	土	日
						美アクティブ ★★★ 10:00~10:30 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★ 13:30~14:00 原		美トレ★★ 12:30~13:00 磯邊
	美コア★ 19:00~19:30 西島		ストレッチポール ★ 19:00~19:30 西島		週替わり 17:00~17:30 週替わり	
美尻★★ 20:00~20:30 石原		美トレ★★ 20:00~20:30 磯邊				

- ご予約は会員様ページの「予約」ページよりお願いいたします。
- 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。

営業時間

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・美アクティブが必要です。