

9月ホットレッスン 予定表

9/5	11:15~ (30) HOTストレッチ (男性もOK)	Misaho
	15:15~ (45) HOTチューブエクササイズ (女性専用)	Misaho
9/12	11:15~ (30) HOTビューティストレッチ (男性もOK)	Eriko
	15:15~ (45) ビューティストレッチポール (女性専用)	Eriko
9/19	11:15~ (30) やさしいHOTヨガ (男性もOK)	Emi
	15:15~ (45) ナチュラルHOTヨガ (女性専用)	Emi

レッスン料 **30分 → 200円 / 45分 → 300円**
1ヶ月フリーパス → 1,050円

- ※ 運動が出来る服装と指定のジャンボタオルをご用意ください。
(浴衣でのご利用はお控え下さい。)
- ※ お水を500ml以上をご用意ください。
- ※ 体調の優れない方はご利用をお控え下さい。
- ※ 毎月1日より予約開始となります。
- ※ 定員がございます。お早めにご予約ください。

詳しくはお問い合わせ下さい。 Tel 0270 (20) 1330

