

1月4日(土)【特別営業】 レッスンスケジュール

アトリオドゥーエNextたまプラーザ 11:00-18:00

	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	プール
9:00				
10:00				
11:00				
12:00	12:00~12:45 OXIGENO VR			
13:00	13:00~13:45 POWER VR			13:00~13:30 アクアウォーキング 佐藤慶亮◆
14:00		13:30~14:15 ベーシックピラティス 高野杏実		13:45~14:15 クロール 佐藤慶亮◆
15:00	14:05~14:50 UBOUND VR		14:30~15:00 LES MILLS SPRINT VR	
16:00	15:10~15:55 MEGADANZ 田村桃子		15:15~16:00 RPM VR	
17:00				
18:00				
19:00				