

☆アリーナスタジオ☆

SATURDAY SUPERローテーション① 時間:15:15-16:00

5日 PICKLEBALL45 エンジョイクラス
担当:村田 料金:900円 ※月2回無料チケット対象 定員:6名

12日 ボールで健康シェイプ
担当:杉田 料金:無料 定員:50名

19日 やさしいSTEP
担当:桶屋 料金:無料 定員:48名

26日 お休み



☆スクールスタジオ☆

SATURDAY SUPERローテーション② 時間 13:45-14:30

5日 NEW! 筋膜ケア
担当:TOMO 料金:無料 定員:16名

12日 NEW! 美姿勢ストレッチ
担当:杉田 料金:1,100円 定員:10名

19日 NEW! J-POPエアロ 時間変更)13:55-14:55
担当:桶屋 料金:888円 定員:20名
※ラストはあのグループの曲のナンバーで♪

26日 お休み



SATURDAY SUPERローテーション③ 時間 14:55-15:25

5日・12日 フラメンコフィット
担当:アリサ 料金:無料 定員:24名

19日 お休み

26日 NEW! ほぐれるストレッチ 時間変更)14:50~15:10(20分)
担当:桶屋 料金:無料 定員:24名

SATURDAY SUPERローテーション④ 時間 15:35-16:20

5日・12日 フラメンコ入門
担当:アリサ 料金:1,100円 定員:24名

19日 ボールで健康シェイプ 時間変更)15:15-16:00
担当:杉田 料金無料 定員24名

26日 NEW! J-POPエアロ 時間変更)15:20~16:20(60分)
担当:桶屋 料金:888円 定員:20名
※ラストはあのグループの曲のナンバーで♪



※記載価格は全て税込です。

レッスン予約は
こちらから

スポーツクラブNAS若葉台