



class
VARIATION

～様々なレッスンを 즐기ください～

MONDAY 14:15～15:15

1日 YOGAリンパ NOZOMI

8日 ストレッチ&ビューティ TOMOKO

22日 PILATES姿勢 NOZOMI

29日 ストレッチ&ビューティ NOZOMI

SATURDAY 12:30～13:30

6日 ストレッチ&リセット MARIE

13日 YOGA美脚&美尻 Machiko

20日 YOGA骨盤調整 NANAЕ

27日 YOGAベーシック Machiko

7月 Variation class