

レッスン(曜日別)

火曜日

リズム体操 10:00~
ボディコンディショニング
11:00~
はじめようヒップホップ
20:00~

in 上三川町体育センター

**【10月・11月・12月】の
13レッスン**

水曜日

ズンバ 13:00~
初級エアロ 19:00~
ハリウッドヨガ 20:00~

木曜日

気楽な運動 10:00~
はじめてのブレイキン 19:00~
ベーシックヨガ 20:00~



金曜日

硬式テニススクール 10:00~
ズンバゴールド 13:00~
テトックスヨガ 14:00~
ファットバーンエクストリーム
20:00~

きっとみつかる!
My Style!!