

THE POST URE 前橋店 10月		💡 レッスン内容・インストラクターは、状況により告知なく変更する場合がございます。ご了承ください。				
		👉 水 100円 マット貸出 300円 ポール貸出 無料			🏠 群馬県前橋市千代田町2丁目4-4スズラン別館2F	
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		17:00~18:00 姿勢改善FRP		17:00~18:00 ベーシックピラティス	17:00~18:00 美尻美脚FRP	
		19:00~20:00 姿勢改善FRP		19:00~20:00 ベーシックピラティス	19:00~20:00 美尻美脚FRP	
		Sayuka		Rika	Sayuka	
6	7	8	9	10	11	12
	17:00~18:00 お腹引き締めFRP	17:00~18:00 ベーシックピラティス		17:00~18:00 腰痛改善FRP	17:00~18:00 姿勢改善FRP	
	19:00~20:00 お腹引き締めFRP	19:00~20:00 ベーシックピラティス		19:00~20:00 腰痛改善FRP	19:00~20:00 姿勢改善FRP	
	Rika	Sayuka		Rika	Sayuka	
13	14	15	16	17	18	19
17:00~18:00 ベーシックピラティス		17:00~18:00 腰痛改善FRP		17:00~18:00 美尻美脚FRP	17:00~18:00 お腹引き締めFRP	
19:00~20:00 ベーシックピラティス		19:00~20:00 腰痛改善FRP		19:00~20:00 美尻美脚FRP	19:00~20:00 お腹引き締めFRP	
Rika		Sayuka		Rika	Sayuka	
20	21	22	23	24	25	26
	17:00~18:00 ベーシックピラティス	17:00~18:00 ベーシックピラティス		17:00~18:00 お腹引き締めFRP	17:00~18:00 美尻美脚FRP	
	19:00~20:00 ベーシックピラティス	19:00~20:00 ベーシックピラティス		19:00~20:00 お腹引き締めFRP	19:00~20:00 美尻美脚FRP	
	Rika	Sayuka		Rika	Sayuka	
27	28	29	30	31		
17:00~18:00 美尻美脚FRP	17:00~18:00 腰痛改善FRP	17:00~18:00 お腹引き締めFRP		17:00~18:00 姿勢改善FRP		
19:00~20:00 美尻美脚FRP	19:00~20:00 腰痛改善FRP	19:00~20:00 お腹引き締めFRP		19:00~20:00 姿勢改善FRP		
Rika	Rika	Sayuka		Rika		
☎️ ご予約・お問い合わせ 090-4820-5325						
体験 1,500(グループ) 体験 5,500(パーソナル)						

		ご予約はこちら				