



前橋店 12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 ボール貸出 無料

🏠 群馬県前橋市千代田町2丁目4-4スズラン別館2F

	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
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	/	17:00~18:00 姿勢改善FRP	17:00~18:00 腰痛改善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		19:00~20:00 姿勢改善FRP	20:00~19:00 腰痛改善FRP	
Rika	Rika	Sayuka		Rika	Sayuka	
8	9	10	11	12	13	14
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 腰痛改善FRP	17:00~18:00 姿勢改善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 お腹引き締めFRP		19:00~20:00 腰痛改善FRP	19:00~20:00 姿勢改善FRP	
Rika	Rika	Sayuka		Rika	Sayuka	
15	16	17	18	19	20	21
/	17:00~18:00 ベーシックピラティス	17:00~18:00 姿勢改善FRP	/	17:00~18:00 美尻美脚FRP	17:00~18:00 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 姿勢改善FRP		19:00~20:00 美尻美脚FRP	19:00~20:00 ベーシックピラティス	
	Rika	Sayuka		Rika	Sayuka	
22	23	24	25	26	27	28
17:00~18:00 ベーシックピラティス	close	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 腰痛改善FRP	/
19:00~20:00 ベーシックピラティス	close	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 腰痛改善FRP	
mizuki		Sayuka		Rika	Sayuka	
29	30	31	1	📞 ご予約・お問い合わせ 090-4820-5325		
17:00~18:00 ベーシックピラティス	close	close	/	体装 1,500(グループ)		
19:00~20:00 ベーシックピラティス	close	close		体装 5,500(パーソナル)		
mizuki				👉 ご予約はこちら		

★2025年は1月5日から開始します