

📍 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	6	7
close 14:00~15:00 マットピラティス 15:30~16:30 マットピラティス Rika 17:00~18:00 ベーシックFRP 18:30~19:30 ベーシックFRP Sayuka	17:00~18:00 センタリングFRP 19:00~20:00 センタリングFRP Rika	17:00~18:00 美尻美脚FRP 19:00~20:00 美尻美脚FRP Sayuka	close	close	13:00~14:00 シェイプアップFRP Kota 17:00~18:00 腰痛改善FRP 19:00~20:00 腰痛改善FRP Sayuka	close
8	9	10	11	12	13	14
10:00~11:00 ベーシックFRP 11:30~12:30 ベーシックFRP Mizuki 14:00~15:00 お腹引き締めFRP 15:30~16:30 お腹引き締めFRP Rika close	17:00~18:00 マットピラティス 19:00~20:00 マットピラティス Rika	17:00~18:00 姿勢改善FRP 19:00~20:00 姿勢改善FRP Sayuka	close	17:00~18:00 美尻美脚FRP 19:00~20:00 美尻美脚FRP Rika	close 17:00~18:00 スパインFRP 19:00~20:00 スパインFRP Sayuka	close
15	16	17	18	19	20	21
10:00~11:00 肩こり改善FRP 11:30~12:30 肩こり改善FRP Mizuki 14:00~15:00 美尻美脚FRP 15:30~16:30 美尻美脚FRP Rika 18:30~19:30 お腹引き締めFRP Sayuka	17:00~18:00 姿勢改善FRP 19:00~20:00 姿勢改善FRP Rika	17:00~18:00 腰痛改善FRP 19:00~20:00 腰痛改善FRP Sayuka	close	17:00~18:00 マットピラティス 19:00~20:00 マットピラティス Rika	13:00~14:00 シェイプアップFRP Kota 17:00~18:00 お腹引き締めFRP 19:00~20:00 お腹引き締めFRP Sayuka	close
22	23	24	25	26	27	28
10:00~11:00 腰痛改善FRP 11:30~12:30 腰痛改善FRP Mizuki 14:00~15:00 センタリングFRP 15:30~16:30 センタリングFRP Rika close	17:00~18:00 マットピラティス 19:00~20:00 マットピラティス Rika	17:00~18:00 ベーシックFRP 19:00~20:00 ベーシックFRP Sayuka	close	17:00~18:00 腰痛改善FRP 19:00~20:00 腰痛改善FRP Rika	13:00~14:00 ベーシックFRP Kota 17:00~18:00 美尻美脚FRP 19:00~20:00 美尻美脚FRP Sayuka	close
29	30	<ul style="list-style-type: none"> ・ natural 自然体の姿 ・ neutral 真ん中 偽りのない ・ nutrition 栄養 人間の原動力 <p>人間生きていく中で欠かすことができないこと 見落としがちだからこそ伝えていきたい</p>				



ご予約はこちら

☎️ 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) 体験 5,500(女性限定パーソナル)