

GW スペシャルレッスン

※4月29日～5月6日は全レッスンは休講となり、スタジオにてスペシャルレッスンを実施致します。

4月29日(月)
14:00～14:50

「春の大汗m3」

担当:成田

4月30日(火)
13:00～13:50

「spring エアロ」

担当:高野

4月30日(火)
14:00～14:50

「ゆ～ったいストレッチ」

担当:高見

5月1日(水)
11:00～11:50

「スリムボディ大作戦」

担当:伊藤

5月2日(木)
14:00～14:50

「Let,s アクティブEX」

担当:西村

5月2日(木)
15:00～15:50

「身体癒しストレッチ」

担当:吉江

5月3日(金)
11:00～11:50

「とことん動くサーキットTr.」

担当:保東

5月4日(土)
14:00～14:50

「春のボディコンディショニング」

担当:田邊

5月5日(日)
15:00～15:50

「春×口m3」

担当:梅野

5月6日(月)
14:00～14:50

「もも色エアロ」

担当:山田