




ヴィスポスポーツスクエア

11月3日(祝・金)スタジオスケジュール

11月3日(祝・金)			
Aスタジオ		Bスタジオ	
10:30			10:30
11:00	リラックスヨガ 春川 10:30~11:30		11:00
12:00	ZUMBA ATSUKO 11:45~12:45		12:00
13:00	CXWORX・石井 13:00~13:30		13:00
14:00	ボディパンプ 石井 13:45~14:45		14:00
15:00	プラナヨガ 山口 15:00~16:00		15:00
16:00			16:00
17:00			
18:00			

初心者歓迎クラス

整理券配布クラス
 整理券はレッスン開始1時間前からマシンカウンターにて配布致しております。

レッスンカテゴリー一覧

リラックス	エアロピクス	ダンス
格闘技	筋コンディショニング	自転車系

定員のあるレッスンは開始1時間前より整理券を配布致します
 AM会員・デイトム会員の方は時間外利用料金が必要となります