

10月レッスン 追加のお知らせ

LES MILLS
BODYCOMBAT



10/22 19:10～19:55
Aスタジオ

10/26 14:45～15:30
Aスタジオ

10/30 12:35～13:15
Aスタジオ

【定員40名】



10/21 13:20～13:50
Aスタジオ

10/25 13:05～13:50
Aスタジオ

10/29 19:10～19:55
Aスタジオ

【定員18名】

※BODY COMBAT参加の皆様
開始15分間はテクニッククラスで動きの練習をします。
その後、30分クラスを行います。
10/30だけテクニッククラス10分間となります。

※KIMAX参加の皆様
グローブの中に着用する手袋の貸し出しは
感染予防の為、中止とさせていただきます。
ご用意の上、ご参加下さい。