

スタジオ定員人数のお知らせ

第1スタジオ

ツールに限りがあるため以下の定員で参加していただけます。
ご理解とご協力をよろしくおねがいたします。

【レッスン定員**43**名】

- ・機能改善レッスン・ピラティス
- ・Group Blast ・ステップ

※水曜日 13:20～のピラティスの
定員は55名です。お間違えのないようにお気をつけください。

【レッスン定員**40**名】

- ・骨格リセットエクササイズ

【レッスン定員**26**名】

- ・Group Power

【レッスン定員**55**名】

上記以外のレッスン

スタジオ定員人数のお知らせ

第2スタジオ

ツールに限りがあるため以下の定員で参加していただけます。
ご理解とご協力をよろしくおねがいたします。

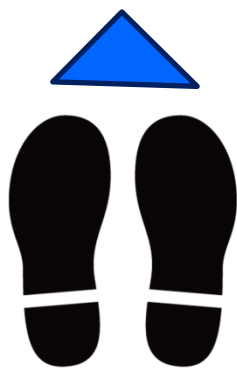
【レッスン定員**20**名】

・ストレッチポール・トレーニングヨガ

【レッスン定員**32**名】

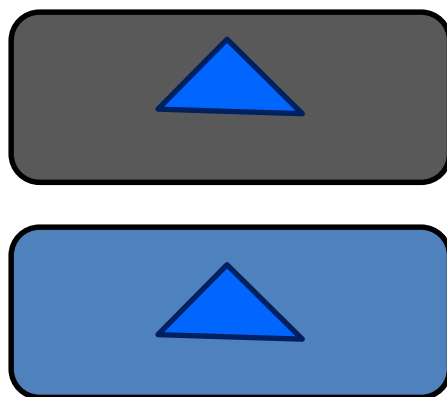
上記以外のレッスン

■ ツールなしプログラム



△シールの前に立つ

■ ツールありプログラム



△のシールを
ツールの真ん中に合わせる