

ビジョンよしだスタジオ特別教室

下記の時間は教室開始時間です。

全教室定員は15名になります。

9月17日（金）	13：30～	すっきりシェイプ	ⓐ
18日（土）	13：30～	初めてトレーニング	ⓑ
19日（日）	の教室はお休みです。		
20日（月・祝）	13：30～	レインボー体操	ⓒ
22日（水）	13：30～	レインボー体操	ⓒ
	15：00～	かんたんエアロ	ⓒ
23日（木・祝）	10：30～	サーキットトレーニング	ⓒ
24日（金）	13：30～	すっきりシェイプ	ⓐ
	15：00～	かんたんステップ	ⓒ
25日（土）	13：30～	初めてトレーニング	ⓑ
26日（日）	10：30～	はじめてヨガ&ストレッチ	ⓒ
	13：30～	サーキットトレーニング	ⓒ
27日（月）	13：30～	レインボー体操	ⓒ
	19：15～	サーキットトレーニング	ⓒ

会場 ビジョンよしだスタジオ

参加料 1教室／300円（入館料が別途必要）

持ちもの 運動できる服装、内履き、タオル、補給用の水分

♪参加の際はマスク着用が無いと参加できませんのでご用意ください。



お問い合わせ先
ビジョンよしだ 0256-93-6600

