

祝日プログラム

1月12日(月)

9：00～18：00(最終受付17：30)

10：00～10：40 チェアエクササイズ40 三隅

11：00～11：30 ボディコンディショニング30 三隅

13：30～14：00 ZUMBA®30 長門

14：15～14：30 動くストレッチ15 面家

15：00～15：40 コラボエアロ40 面家・長門

16：00～16：40 ヨガ40 渋江

祝・成人



マリエフィットネスクラブ