



フィットネスアクティビティスケジュール

月曜日 / Monday

16:00 - 17:00

ピラティス / Pilates

火曜日 / Tuesday

16:00 - 17:00

パーソナルトレーニング / Personal Training

水曜日 / Wednesday

16:00 - 17:00

レストラティブヨガ / Restorative Yoga

木曜日 / Thursday

16:00 - 17:00

パーソナルトレーニング / Personal Training

金曜日 / Friday

9:00 - 10:00

アシュタンガーヨガ / Ashtanga Yoga

土曜日 / Saturday

9:00 - 10:00

ビューティーボディウエーブ / Beauty Body Wave

日曜日 / Sunday

9:00 - 10:00

ピラティス / Pilates