

新宿スポーツセンター

自由参加型教室 / 2階Aスタジオ

祝日プログラムのお知らせ

～12月23日(土) 天皇誕生日 / 1月8日(月) 成人の日～

	12月23日(土) 天皇誕生日	1月8日(月) 成人の日
10:00		教室名：ステップ初中級 時間：10:00～10:50 担当者：大越
11:00	教室名：ピラティス 時間：11:00～11:50 担当者：ゆう	教室名：ZUMBA 時間：11:00～11:50 担当者：久松
12:00	教室名：ZUMBA 時間：12:00～12:50 担当者：ゆう	
13:00	教室名：ボクシングシェイプ 時間：13:00～13:50 担当者：久松	教室名：ピラティス 時間：13:00～13:50 担当者：ゆう
14:00	教室名：ボディメイキングストレッチ 時間：14:00～14:50 担当者：上原	教室名：ZUMBA 時間：14:00～14:50 担当者：ゆう
15:00	教室名：大人から始めるバレエ入門 時間：15:00～15:50 担当者：上原	教室名：キックコンディショニング 時間：15:00～15:50 担当者：田中
16:00	教室名：ジャズダンス 時間：16:00～16:50 担当者：ERIKO	教室名：ボクシングシェイプ 時間：16:00～16:50 担当者：久松
17:00	教室名：フリースタイルダンス 時間：17:00～17:50 担当者：ERIKO	

※祝日の為トレーニング室でのショートレッスンの実施はございません