

8月31日(月) 週替わりレッスン詳細

【エキサイトシェイプアップトレーニング PartⅢ】

時間： 19:00～20:00（30分前から受付開始）

講師： 朝倉

定員： 40名（シューズ必要）

8月31日(月) エアロ初級 詳細

時間： 20:15～21:15（30分前から受付開始）

講師： 田辺

定員： 30名（シューズ必要）