

フィットネスラボ 空き状況

No	講座名	曜日	時間	料金	定員	空き状況
50	ピラティス <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	月	9:30~10:30	¥7,000	30	満員
51	バレエストレッチ <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	月	10:45~11:45	¥7,000	25	満員
52	はじめてエアロ	月	12:00~12:45	¥7,000	25	13
53	シェイプヨガ	月	13:00~14:00	¥7,000	30	3
54	アロマヨガ	月	14:15~15:15	¥7,000	30	2
55	パフォーマンスUPのためのピラティス	月	19:00~20:00	¥7,000	30	25
56	ヨガ	月	20:15~21:15	¥7,000	30	17
57	太極拳	火	12:00~13:00	¥7,000	30	5
58	姿勢改善体操	火	13:15~14:15	¥7,000	25	7
59	アクティブフィットネス	火	14:30~15:30	¥7,000	25	9
60	骨盤エクササイズ	火	19:15~20:15	¥7,000	25	8
61	Group Fight 45	火	20:30~21:15	¥7,000	25	12
62	リフレッシュヨガ <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	水	9:30~10:30	¥7,000	30	満員
63	ヘルシーヨガ <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	水	10:45~11:45	¥7,000	30	満員
64	脂肪燃焼エアロ	水	12:00~13:00	¥7,000	25	1
65	ピラティス <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	水	13:15~14:15	¥7,000	30	満員
66	フラダンス	水	14:30~15:30	¥7,000	30	6
67	バレトン	水	19:00~20:00	¥7,000	25	10
68	ZUMBA	水	20:15~21:15	¥7,000	25	1
69	ヴィーナスヨガ <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	木	9:30~10:30	¥7,000	30	満員
70	健康体操	木	12:00~13:00	¥7,000	30	6
71	ビューティー骨盤ケア	木	13:15~14:15	¥7,000	30	11
72	ZUMBA <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	木	14:30~15:30	¥7,000	25	満員
73	ヨガ	木	19:00~20:00	¥7,000	30	18
74	ZUMBA	木	20:15~21:15	¥7,000	25	4
75	リラックスヨガ <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	金	9:30~10:30	¥7,000	30	満員
76	シェイプヨガ <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	金	10:45~11:45	¥7,000	30	満員
77	Group Fight 45	金	12:00~12:45	¥7,000	25	14
78	バレエストレッチ <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	金	13:00~14:00	¥7,000	25	満員
79	基礎からはじめるベリーダンス	金	14:15~15:15	¥7,000	30	18
80	ボディーメイク	金	19:00~19:45	¥7,000	25	19
81	ヨガ	金	20:15~21:15	¥7,000	30	19
82	はじめてピラティス <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	土	12:30~13:30	¥7,000	30	満員
83	ピラティス	土	13:45~14:45	¥7,000	30	8
84	キックボクシングエクササイズ	土	15:00~16:00	¥7,000	25	9
85	ZUMBA	土	16:15~17:15	¥7,000	25	14
86	ヨガ	土	17:30~18:30	¥7,000	30	10
87	ストレッチ&コア	土	18:45~19:45	¥7,000	30	23
88	肩こり腰痛解消教室	日	10:00~11:00	¥7,000	30	19
89	ピラティス	日	11:15~12:15	¥7,000	30	3
90	ヨガ	日	12:30~13:30	¥7,000	30	6
91	骨盤矯正ストレッチ	日	13:45~14:45	¥7,000	30	16
92	ZUMBA <span style="background-color: red; color: white;">満員御礼</span>	日	15:00~16:00	¥7,000	25	満員
93	Group Fight 45	日	16:15~17:00	¥7,000	25	16
94	アロマストレッチ	日	17:15~18:00	¥7,000	30	26