

フィットネスラボ 空き状況 (2023年12月17日10時更新)

No	講座名	曜日	開始	終了	料金(税込)	定員	空き状況
67	ピラティス	月	9:30	10:30	¥8,000	19	3
68	クラシックバレエ入門	月	10:50	11:50	¥8,000	19	満員
69	クラシックバレエ	月	12:10	13:10	¥8,000	19	満員
70	ベーシックヨガ	月	13:30	14:30	¥8,000	19	6
71	アロマヨガ	月	14:50	15:50	¥8,000	19	4
72	ピラティスストレッチ	月	19:00	20:00	¥8,000	19	3
73	リフレッシュヨガ	月	20:20	21:20	¥8,000	19	満員
74	はじめてヨガ	火	9:30	10:30	¥10,000	19	2
75	ヨガ	火	10:50	11:50	¥10,000	19	満員
76	太極拳	火	12:10	13:10	¥10,000	19	3
77	姿勢改善体操	火	13:30	14:30	¥10,000	19	1
78	アクティブフィットネス	火	14:50	15:50	¥10,000	19	12
79	美容骨盤エクササイズ	火	19:00	20:00	¥10,000	19	13
80	リフレッシュヨガ	水	9:30	10:30	¥10,000	19	満員
81	ヘルシーヨガ	水	10:40	11:40	¥10,000	19	3
82	脂肪燃焼エアロ	水	12:10	13:10	¥10,000	16	満員
83	ピラティス	水	13:30	14:30	¥10,000	19	満員
84	フラダンス	水	14:50	15:50	¥10,000	19	3
85	バレトン	水	19:00	20:00	¥10,000	19	2
86	リフレッシュ!トレーニング	水	20:20	21:20	¥10,000	19	13
87	ヴィーナスヨガ	木	9:30	10:30	¥10,000	19	6
88	ピラティス	木	10:50	11:50	¥10,000	19	7
89	健康体操	木	12:10	13:10	¥10,000	19	満員
90	ビューティー骨盤ケア	木	13:30	14:30	¥10,000	19	14
91	ZUMBA	木	14:50	15:40	¥10,000	16	6
92	はじめてのフラダンス	木	19:00	20:00	¥10,000	19	満員
93	エアロビクス初級	木	20:20	21:10	¥10,000	16	13
94	リラックスヨガ①	金	9:30	10:30	¥10,000	19	1
95	ヨガ	金	10:50	11:50	¥10,000	19	11
96	クラシックバレエ入門	金	12:10	13:10	¥10,000	19	13
97	クラシックバレエ初級	金	13:30	14:30	¥10,000	19	1
98	フローヨガ	金	14:50	15:50	¥10,000	19	5
99	リラックスヨガ②	金	16:10	17:10	¥10,000	19	9
100	シェイプ&筋トレ	金	19:00	20:00	¥10,000	19	12
101	ヨガ	金	20:20	21:20	¥10,000	19	13
102	ピラティスストレッチ	土	13:45	14:45	¥10,000	19	10
103	ピラティス	土	15:00	16:00	¥10,000	19	1
104	ZUMBA	土	16:25	17:15	¥10,000	16	2
105	ヨガ	土	17:35	18:35	¥10,000	19	9
106	代謝アップ体幹ヨガ	土	18:55	19:55	¥10,000	19	16
107	リズムボクシング	土	20:20	21:10	¥10,000	16	12
108	肩こり腰痛解消体操	日	10:00	11:00	¥10,000	19	1
109	ピラティス	日	11:20	12:20	¥10,000	19	満員
110	ピラティス②	日	12:40	13:40	¥10,000	19	3
111	ヨガ	日	14:00	15:00	¥10,000	19	13
112	ZUMBA	日	16:40	17:30	¥10,000	16	2