

フィットネスラボ 空き状況 (2023年6月24日18時更新)

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