

フィットネスラボ 空き状況 (2023年4月14日20時更新)

No	講座名	曜日	開始	終了	料金(税込)	定員	空き状況
43	ピラティス	月	9:30	10:30	¥9,000	19	3
44	バレエストレッチ	月	10:50	11:50	¥9,000	19	4
45	クラシックバレエ	月	12:10	13:10	¥9,000	19	1
46	ベーシックヨガ	月	13:30	14:30	¥9,000	19	3
47	アロマヨガ	月	14:50	15:50	¥9,000	19	2
48	ピラティスストレッチ	月	19:00	20:00	¥9,000	19	6
49	リフレッシュヨガ	月	20:20	21:20	¥9,000	19	6
50	はじめてヨガ	火	9:30	10:30	¥10,000	19	3
51	ヨガ	火	10:50	11:50	¥10,000	19	4
52	太極拳	火	12:10	13:10	¥10,000	19	2
53	姿勢改善体操	火	13:30	14:30	¥10,000	19	3
54	アクティブフィットネス	火	14:50	15:50	¥10,000	19	11
55	美容骨盤エクササイズ	火	19:00	20:00	¥10,000	19	11
56	リフレッシュヨガ	水	9:30	10:30	¥10,000	19	2
57	ヘルシーヨガ	水	10:50	11:50	¥10,000	19	6
58	脂肪燃焼エアロ	水	12:10	13:00	¥10,000	16	満員
59	ピラティス	水	13:30	14:30	¥10,000	19	満員
60	フラダンス	水	14:50	15:50	¥10,000	19	5
61	バレトン	水	19:00	20:00	¥10,000	19	1
62	ヴィーナスヨガ	木	9:30	10:30	¥10,000	19	2
63	健康体操	木	12:10	13:10	¥10,000	19	1
64	ビューティー骨盤ケア	木	13:30	14:30	¥10,000	19	10
65	ZUMBA	木	14:50	15:40	¥10,000	16	5
66	はじめてのフラダンス	木	19:00	20:00	¥10,000	19	3
67	エアロビクス初級	木	20:20	21:10	¥10,000	16	12
68	リラックスヨガ	金	9:30	10:30	¥10,000	19	3
69	ヨガ	金	10:50	11:50	¥10,000	19	12
70	はじめてのクラシックバレエ	金	13:30	14:30	¥10,000	19	1
71	フローヨガ	金	14:50	15:50	¥10,000	19	6
72	リラックスヨガ	金	16:10	17:10	¥10,000	19	8
73	シェイプ&筋トレ	金	19:00	20:00	¥10,000	19	10
74	ヨガ	金	20:20	21:20	¥10,000	19	13
75	ピラティスストレッチ	土	13:45	14:45	¥8,000	19	2
76	ピラティス	土	15:05	16:05	¥8,000	19	3
77	ZUMBA	土	16:25	17:15	¥8,000	16	満員
78	ヨガ	土	17:35	18:35	¥8,000	19	10
79	代謝アップ体幹ヨガ	土	18:55	19:55	¥8,000	19	17
80	肩こり腰痛解消体操	日	10:00	11:00	¥8,000	19	2
81	ピラティス	日	11:20	12:20	¥8,000	19	3
82	ピラティス②	日	12:40	13:40	¥8,000	19	6
83	ヨガ	日	14:00	15:00	¥8,000	19	10
84	バレトン	日	15:20	16:20	¥8,000	19	13
85	ZUMBA	日	16:40	17:30	¥8,000	16	満員