

フィットネスラボ 空き状況 (2024年3月19日22時更新)

No	講座名	曜日	開始	終了	料金(税込)	定員	空き状況
60	ピラティス	月	9:30	10:30	¥9,000	19	満員
61	クラシックバレエ入門	月	10:50	11:50	¥9,000	22	2
62	クラシックバレエ	月	12:10	13:10	¥9,000	22	満員
63	アロマヨガ	月	13:30	14:30	¥9,000	19	満員
64	ピラティスストレッチ	月	19:00	20:00	¥9,000	20	満員
65	リフレッシュヨガ	月	20:20	21:20	¥9,000	24	8
66	はじめてヨガ	火	9:10	10:10	¥10,000	24	満員
67	ヨガ	火	10:25	11:25	¥10,000	24	3
68	太極拳	火	11:40	12:40	¥10,000	19	満員
69	姿勢改善体操	火	14:00	15:00	¥10,000	19	満員
70	アクティブフィットネス	火	15:10	16:10	¥10,000	19	11
71	美容骨盤エクササイズ	火	19:00	20:00	¥10,000	19	11
72	リフレッシュヨガ	水	9:30	10:30	¥10,000	19	満員
73	ヘルシーヨガ	水	10:40	11:40	¥10,000	19	3
74	脂肪燃焼エアロ	水	12:10	13:10	¥10,000	20	4
75	ピラティス	水	13:30	14:30	¥10,000	24	満員
76	フラダンス	水	14:50	15:50	¥10,000	24	8
77	バレトン	水	19:00	20:00	¥10,000	24	4
78	リフレッシュ!トレーニング	水	20:20	21:20	¥10,000	24	16
79	ヴィーナスヨガ	木	9:30	10:30	¥10,000	19	3
80	ピラティス ※1	木	10:50	11:50	¥10,000	16	満員
81	健康体操	木	12:10	13:10	¥10,000	24	4
82	ビューティー骨盤ケア	木	13:30	14:30	¥10,000	24	17
83	ZUMBA	木	14:50	15:40	¥10,000	16	5
84	はじめてのフラダンス	木	19:00	20:00	¥10,000	24	3
85	ボクシングエクササイズ	木	20:10	21:10	¥10,000	20	15
86	リラックスヨガ	金	9:20	10:20	¥10,000	19	1
87	ヨガ	金	10:40	11:40	¥10,000	24	16
88	クラシックバレエ入門	金	12:00	13:00	¥10,000	24	16
89	クラシックバレエ初級	金	13:10	14:10	¥10,000	24	8
90	ハタヨガ(基礎)	金	14:50	15:50	¥10,000	24	1
91	アーサナと呼吸法・瞑想	金	16:00	17:00	¥10,000	24	11
92	マーシャルキックボクシング	金	17:50	18:50	¥10,000	20	16
93	シェイプ&筋トレ	金	19:00	20:00	¥10,000	24	14
94	ヨガ	金	20:20	21:20	¥10,000	24	16
95	ピラティスストレッチ	土	13:45	14:45	¥10,000	20	4
96	ピラティス	土	15:00	16:00	¥10,000	20	満員
97	ZUMBA	土	16:25	17:15	¥10,000	20	2
98	ヨガ	土	17:35	18:35	¥10,000	24	10
99	代謝アップ体幹ヨガ	土	18:55	19:55	¥10,000	24	17
100	リズムボクシング	土	20:20	21:10	¥10,000	20	17
101	肩こり腰痛解消体操	日	10:00	11:00	¥10,000	24	満員
102	ピラティス	日	11:20	12:20	¥10,000	20	満員
103	ピラティス②	日	12:40	13:40	¥10,000	20	3
104	ヨガ	日	14:00	15:00	¥10,000	24	15
105	ZUMBA	日	16:40	17:30	¥10,000	20	満員